حياة الطهارة

مبادئ مبسّطة في التربية الجنسية للفتيان والفتيات





أصدقائي..

هيا بنا ندخل في الموضوع..

الجنس في حياة الإنسان

وكيف نحيا حياة الطهارة..؟!

الفصل الاول

موقع الغريزة الجنسية في الإنسان

تعالوا نتجول في رحلة سريعة داخل نفوسنا، حتى نعرف وضع ريزة الجنسية بالضبط.. سنستطيع تمييز أربع قوى هامة موجودة خلنا، وهي من الأعلى إلى الأدنى بالترتيب:

١- الروح.

٢- العقل.

٣- العاطفة.

٤- الغريزة.

١- **الروح:** - هي نفخة الله المحيية في جسدنا.

- أسمى ما فينا.
- **تشتاق** إلى الله.
- **تتصل** بالروح القدس.
- **تتغذى** بالصلاة وقراءة كلمة الله، والتسبيح والترنيم، والتناول من الأسرار.

- **أفضل ما يقود الإنسان**، فيجب أن نعطيها موقع القيادة في أعلى مكانة..

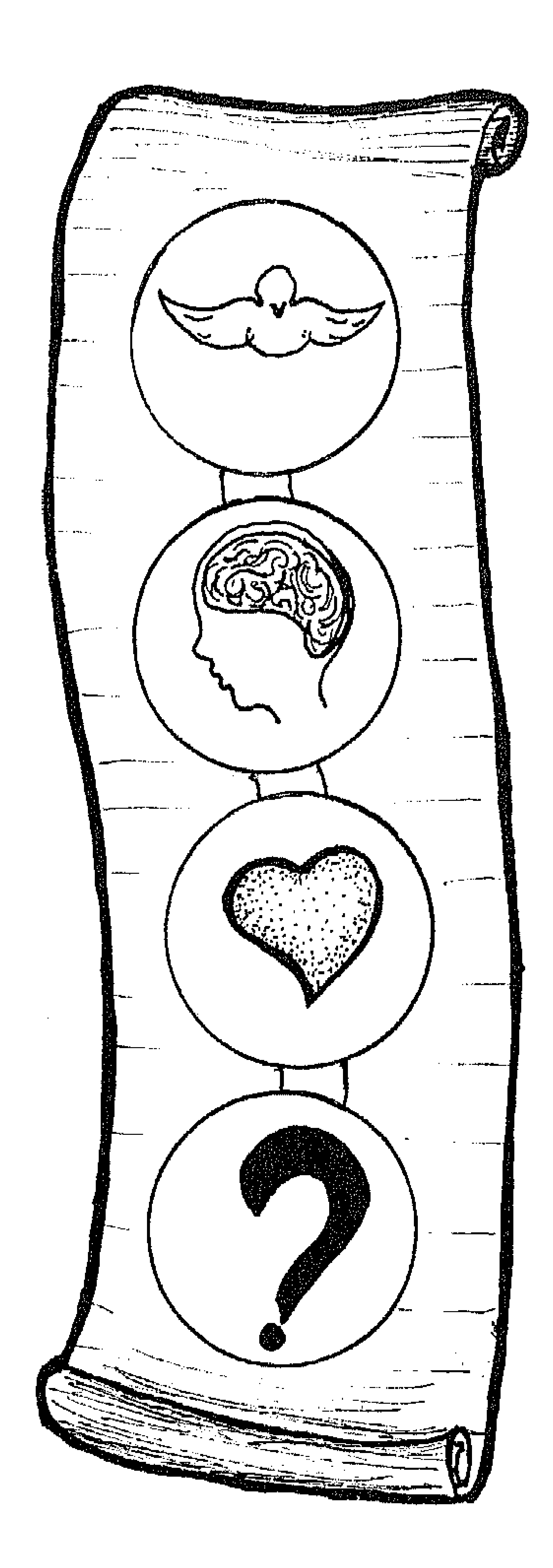
+ مع أن الروح هي أسمى عطايا الله لنا، فالكثيرون يهملونها، ولا يعطونها مكانتها، ولا يهتمون بتغذيتها، فتذبل وتضعف.. وقد تأخذ العاطفة والانفعالات أو الغرائز مكانها في القيادة، فتحدث المصائب ويتوه الإنسان عن خلاص نفسه..

اهتم بتغذية روحك.. وبأن يكون وضعها دائمًا في القيادة حتى تسير سفينتك بسلام إلى بَرّ الأمان.

٢ - **العقل:** - هو نِعمة من الله.

- يلي الروح في الأهمية.
- يميِّز الإنسان عن الحيوان.
- له قدرات هائلة.
- به نَزِن الأمور، ونُقَيِّم كل التصرّفات.
- يجب أن يأخذ مكانته مع الروح في قيادة الإنسان.

+مع أن الله أعطى لكلٍ منّا عقلاً، فالبعض لا يضعونه في مكانته.. بل أحياناً لا يستعملونه..! وبالتالي يختلّ توازنهم،



ويخطئون كثيرًا..

إسأل نفسك الآن.. **هل تُعطي العقل مكانته في حياتك؟!**

عَوِّد نفسك أن تفكّر قبل أن تتكلم.. وتُفكّر بهدوء قبل أن تتصرّف أو تتحرّك..!

٣- **العاطفة:** - هي عطية مباركة من الله.

- وجودها ضروري لتحقيق إنسانيتنا.
- تشمل الأحاسيس والمشاعر والانفعالات.
- بها نُعبّر عما بداخلنا، ونحسّ بالآخرين، ونحب....إلخ.
- **من الخطأ أن تأخذ هي القيادة في حياتنا. فلا نستسلم لها ونجعلها تقودنا.**
- يجب أن نعطيها مكانتها بعد الروح والعقل.

+ العاطفة بركة مِن الله، ولكنها لا تَصلُح أن تكون في موقع القيادة.. فهي تتقلّب وتنفعِل وتتغيّر بتغيُّر الظروف.. لذلك لنعطيها مكانتها بعد الروح والعقل.. تأخذ حجمها فقط بدون زيادة أو نُقصان، ونحرص أن تكون مقدّسة ومنضبطة..

وبالنسبة للفتيات بالذات.. والعاطفة لها مكانة كبيرة في شخصيتهن؛ يجب أن يَحذَرْنَ بوعي من أن يستميلهن أحد

عن طريق الكلمات المعسولة التي تخدِّر العاطفة، إلى تكوين علاقات تبدو في بدايتها أنها بريئة، وتنتهي بالانحرافات الخطيرة.. وبخسارة على كل المستويات..!

ويجب أن نفهم كلنا أن **الطهارة ليست تدميرًا للحواس والعواطف**.. فليس المطلوب أن نلغي عواطفنا، بل أن نقدسها ونسيطر عليها..!

هذه القوى الثلاثة خالدة.. أي لا تموت بموت الجسد. بعكس الغريزة التي ترتبط بالجسد وتنتهي بموته.

٤- الغريزة:

وهي موضوع حديث هذا الكتاب، لذلك سنلقي عليها الضوء بشيء من التفصيل..

الغرائز هي مجموعة قوى مُهمة غرسها الله في الإنسان من أجل منفعته، مثل غريزة الأكل- غريزة الجنس- غريزة حب الاستطلاع[*] ...إلخ

(*) **يوجد عند العلماء تصنيفات ونظريات متعددة للدوافع والغرائز وعددها.**

فهي دوافع مباركة وضعها الله بداخلنا، من أجل خيرنا..! نأكل لكي ننمو ونأخذ طاقة جسدية للحياة.. نمارس الجنس لكي نتوالد ويتكاثر الجنس البشري.. نستطلع الأمور لكي نكتشف ونخترع أشياء جديدة تساعدنا في الحياة.. وهكذا.... إلخ.

بعد سقوط آدم تأثّرت الغريزة المباركة، ودخلها الفساد، وأصبح الشيطان يوجهها بسهولة ناحية الشهوات، ويحاول أن يجعلها صاحبة الصوت الأعلى في الإنسان لكي تقوده إلى الأرضيات وتجعله يتشبَّث بها، وينسى وطنه السماوي والمجد المُعَدّ له.. لذلك يجب أن نضع الغريزة في موقعها بالضبط بدون زيادة أو نقصان، بعد الروح والعقل والعاطفة..

مع ملاحظة الآتي:

- الغريزة تنتهي بموت الجسد، بخلاف الروح والعقل والعاطفة..
- تشترك معنا الحيوانات في امتلاكها للغرائز..
- يلزم أن تكون غرائزنا منضبطة.. وإلا شابهنا الحيوانات..

مثلاً:

عندما تثور فينا غريزة الجوع، ونحن في الشارع، فنحن لا نخطف أي فاكهة من أي محلّ في الطريق

لنُشبع غريزتنا.. فهذا يعني أننا ألغينا الروح والعقل والعاطفة، وتصرّفنا بالغريزة فقط..!

التصرُّف الإنساني السليم هو أننا نضبط الغريزة حتى نعود للمنزل، ثم نأكل بهدوء وشُكر ما يُقدَّم لنا..
وهكذا كل الغرائز يجب أن تكون منضبطة..!

وسنبدأ الآن في الحديث عن الغريزة الجنسية في الإنسان، بعد أن عرفنا موقعها بالنسبة للقوى الإنسانية داخلنا..

سنشرح الغريزة الجنسية من ناحية **التركيب الجسماني والعمل..**

ثم من **الناحية الإنسانية والنفسية..**

ثم من **الناحية الروحية..**



الفصل الثانى

التركيب الجسمي للأعضاء الجنسية

وطريقة العمل والتحكُّم

(عرض سريع)

الجهاز الجنسي في الإنسان يسمّى جهاز التكاثر أو الجهاز التناسلي، ومثل أي كائن حيّ فهو يتكون من مجموعة أعضاء دقيقة، وظيفتها حفظ النوع.. ويهمنا في التركيب الجسمي أن نركِّز على الآتي:

أ- أعضاء أساسية داخلية:

وتشمل الخصيتين في الذَكَر، والمبيضين في الأنثى.

ب- صفات ثانوية خارجية:

مثل توزيع الشعر، والصوت، وتوزيع الدهن في الجسم.. إلخ

وفي مرحلة المراهقة، وبداية سِنّ البلوغ، تبدأ الغدد الأساسية

(الخصيتان والمبيضان) في إفراز هرمونات[1] في الدم، وهذه الهُرمونات هي المسئولة عن بدء ظهور الصفات الثانوية المميِّزة لكل جنس.. كما تفرز الخصيتين: السائل المنوي[2] والمبيضين: البويضات[3].

+ **بالنسبة للولد**.. يمرّ السائل المنوي في قناة طويلة داخل البطن، ثم يُختَزَن في حويصلتين خلف المثانة البولية، وعندما يمتلئان يخرج منهما كمية أثناء النوم فيما يُسَمَّى بالفيض الليلي[4].. والجزء الأكبر من هذا السائل يُعاد امتصاصه في الجسم فيعطيه طاقة كبيرة للنشاط والحركة والرياضة وكل عمليات الجسم الحيوية..

فهذا السائل الغالي هو وقود ثمين للشاب يستفيد منه الجسم استفادة

---

[1] الهرمون هو سائل كيماوي يسير في الدم له وظيفة حيوية للجسم.. وكل هرمون له تأثير خاص على جهاز أو عضو معين في الجسم.

[2] السائل المنوي هو سائل يميل للون الأبيض ويحمل كميات ضخمة (بالملايين) من الخلايا الذكرية (الحيوانات المنوية).

[3] هي الخلايا الأنثوية.

[4] سنتحدث عن هذه الظاهرة بالتفصيل في الفصل السابع.

هائلـة، والتفريـط فـي هـذا السـائل[٥] يُفقِد الإنسـان قـدرًا ملموسًـا مـن صحته ونشاطه وحيويته.

+ **بالنسبة للبنت**.. تمرّ البويضـة في قناة إلى الرّحِم[٦]، وإذا لـم يحدث الحمل (لأن البويضة لم تلتَقِ بحيوان منوي) تـنزل البويضـة مـع جزء من جدار الرحم الداخلي مصحوبة بدمّ إلى خارج الجسم، فيما يُعرف بالحيض أو الدورة الشهرية، وهي تستغرق حوالي ٣-٧ أيام كل شهر.

ملحوظة

بالنسبة لعَمَل الهرمونات:

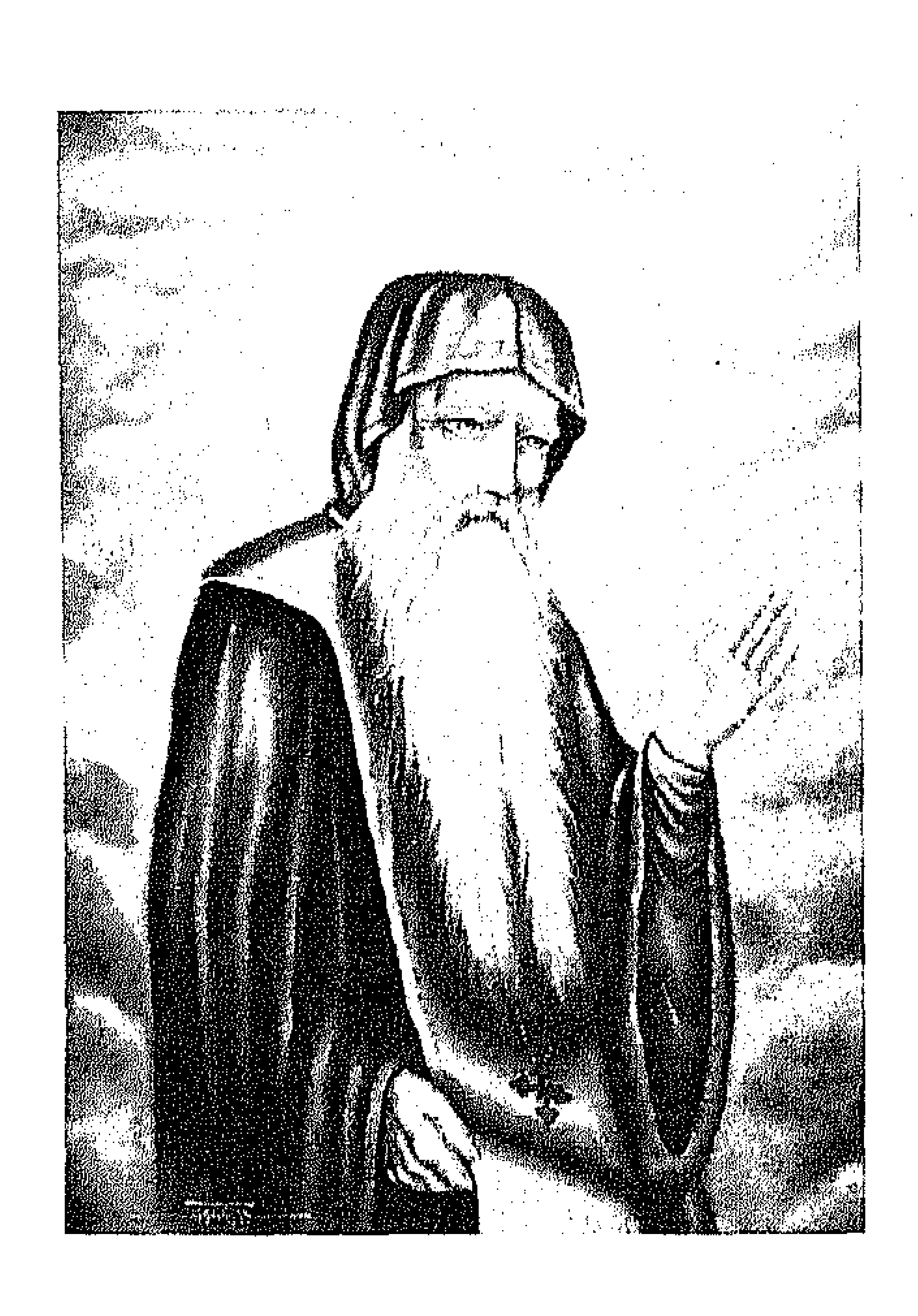
الشـهوة الجنسـية فـي الإنسـان هـي نتيجـة لإفـراز الهُرمونـات الذكرية والأنثوية عند الرجل والمرأة.. وهذه الهُرمونات تؤثِّر علـى الجهاز العصبي بصورة فعّالـة، وتسـبب الإحسـاس بالشـهوة. وعـدم الاستجابة لتيار الشهوة يجعل الجسم يمتصّ هذه الإفرازات المُتكوّنـة

---

[٥] سنتحدث عن خطورة العادة السرية في الفصل التاسع.

[٦] عضو عضلي في حجم قبضة اليدّ، يستقر وينمو فيه الجنين أثناء فترة الحمل، وينمو حجم الرحم معه، ثم يعود إلى حجمه الأصلي بعد الولادة.

من الغدد الجنسية، فتدور مع الـدمّ فـي دورتـه فـي الجسـم، وتشـحن الجسم كله بحيوية ونشـاط فـي شـتّى ميـادين الحيـاة.. ولـهذا نلاحـظ توافر الصحــة عنـد الرهبـان والراهبـات رغـم تقشّـفهم الشـديد، كمـا نلاحظ القوة الذهنية التي يتمتع بهـا معظمهـم.. وأمامنـا أيضًـا أمثلـة في الكتاب المقدس مثل دانيال والثلاثة فتية... وغيرهم...!



الفصل الثالث

الجنس إنسانيًا

عندما نحاول أن نتعرّف على صفات الغريزة الجنسية، من الناحية الإنسانية؛ سنجد أمامنا أربع صفات رئيسية.. نستطيع أن نسمّيها:

* المبادئ الإنسانية الأربعة للغريزة الجنسية:

(١) الغريزة الجنسية في الإنسان تختلف جذريًا عن الغريزة الجنسية في الحيوان...

- فهي في الحيوان مُجرّد دافع بيولوجي (حيواني).. هناك مؤثّر ← يؤدي إلى استجابة... مجرد تفريغ طاقة، أو إنهاء تُوتّر..

Stimulus → Response

- أما في الإنسان فهي ليست دافعًا حيوانيًا، بل الغريزة تحمل دوافع إنسانية مملوءة بالعواطف الراقية، ولها أغراض إنسانية سامية، وليست مُجرد تفريغ طاقة..!

- لنأخذ مثلاً مِن غريزة أخرى نستعملها كل يوم لتُقَرّب لنا

المعنى، وهي **غريزة الأكل**..

* **العجول** تأكل، و**العقول** أيضًا تأكل.. وفارق كبير بين العجول والعقول...!

* ففي الحيوان نجد أن الأكل يأتي استجابة للجوع، وعندما تمتلئ البطن يتوقّف الحيوان عن الأكل. وبالطبع الحيوان يأكل طعامه بأي صورة، لايهمه شكله أو نظافته أو طريقة تقديمه....إلخ

* أما الإنسان فليست الغريزة مُجرّد ملء بطن، ولكن **الأكل وسيلة إنسانية للعلاقات:**

+ فنجد الزوجة تتعب في إعداد الطعام، ولكنها لاتأكل إلاّ بعد أن تنتظر زوجها، ليأكلا سويًا، مع أنها قد تكون جائعة جدًا.. فهنا الأكل له معنى إنساني راقي، ليس مُجرّد ملء بطن...!

+ وأيضًا نقول مثلاً (أكلنا مع بعض عيش وملح) وهذا معناه أن هناك عِشرة ودّية بيننا، ولايمكن أن نخون أحدنا الآخر.

+ وأيضًا يلزم أن يكون الأكل نظيفًا، ومُقدَّمًا بطريقة لطيفة منسقة، وإلا نفقد الشهية للأكل..!

* من هذه الأمثلة نتأكد أن الأكل عند الإنسان يتجاوز مجرد سد الجوع مثل الحيوان، **وهكذا أيضًا بالنسبة للغريزة الجنسية**، فهي ليست ممارسة حيوانية ولكن **لها معاني إنسانية نبيلة وراقية**..

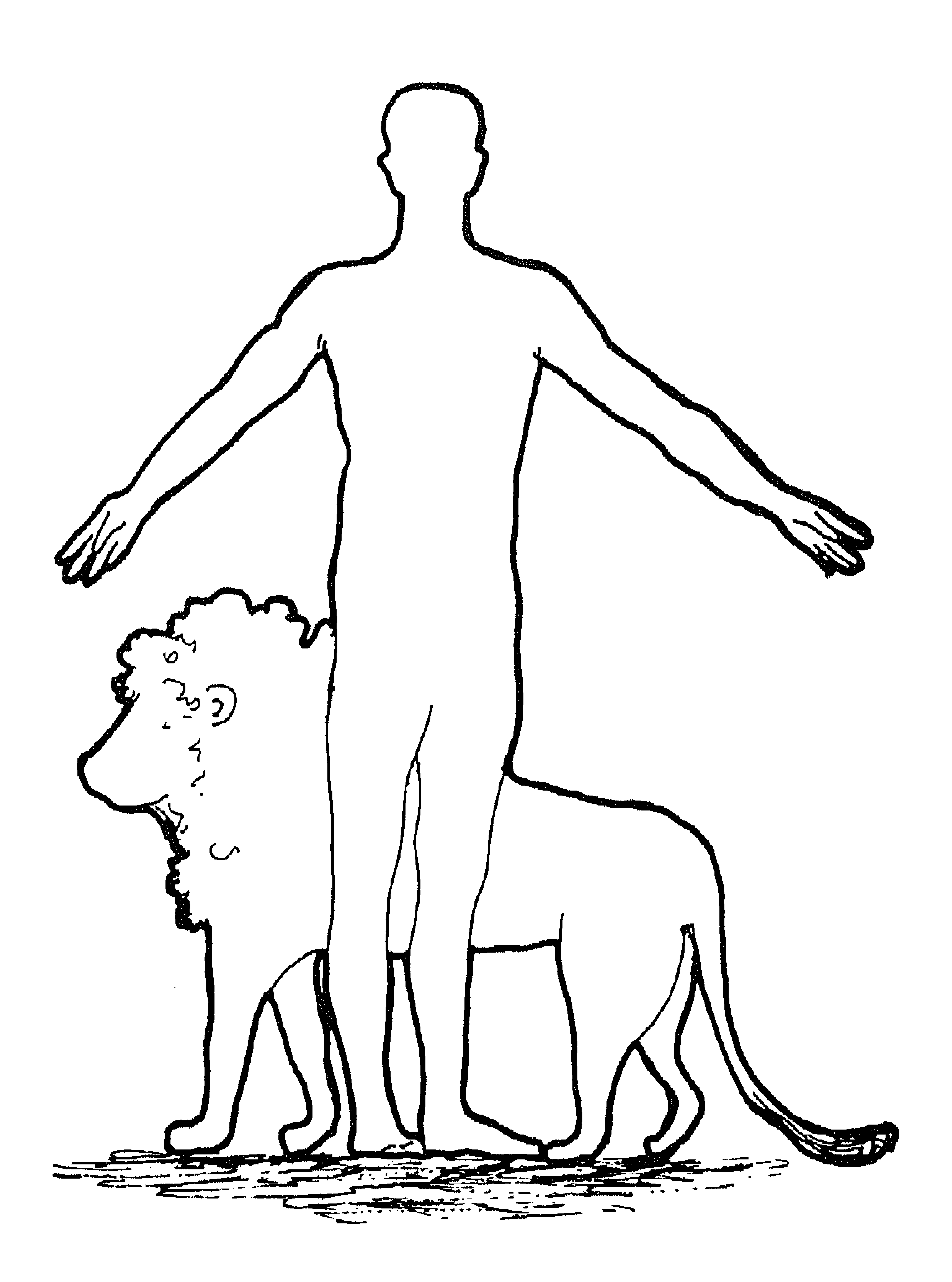
- **فهي وسيلة إنسانية للعلاقات Humanistic mean for communications** وليست مجرد تصريف طاقة، أو إنهاء توتر واستجابة لمؤثِّر كالحيوان..!

- **هي وسيلة اتحاد وتفاهم وشركة**.. الزواج **شركة** حياة؛ فيقول الشاب مثلاً إني أريد أن أختار **شريكة حياتي**.. وهذا غير موجود عند الحيوان.

(٢) الغريزة الجنسية في الإنسان مرتبطة بالشخصية ككل، تؤثر فيها وتتأثر بها..

فهي جزء هام من مكونات الشخصية، لانستطيع أن نعزله جانبًا.. فإذا كان الإنسان ناجحًا في حياة الطهارة، ضابطًا لغريزته، متساميًا بطاقاته، تصير شخصيته متماسكة متّزِنة نامية بلا اهتزاز.. أما إذا كانت هناك اضطرابات وعثرات في طريق الطهارة، فهذا بالتأكيد ينعكس على الشخصية ويشوّهها..

والعكس أيضًا صحيح.. فالذي ينمو طبيعيًا، في بيئة نقية وأسرة متماسكة متحابة، وتنمو شخصيته بطريقة سوية، يجد أنه من السهل



عليه أن يحفظ غريزته وطاقاته مقدسة. أما إذا كان هناك خلل في التربية أو البيئة، فنمو الشخصية يكون غير سليم، ويؤثر ذلك بالتالي على النواحي الجنسية أيضًا، فتحدث الإنحرافات.

من هنا نخرج بمبدأ هام، لكي يكون لنا شخصية إنسانية ناجحة؛ وهو أن:

[العفة مَطلب إنساني]

وهذه العبارة قالها قديمًا في القرن الثاني العلامة ترتليان.

(٣) الغريزة الجنسية في الإنسان يمكن ضبطها والتحكم فيها..

وهذه ميزة كبرى تميِّز الإنسان عن الحيوان.. حيث يوجد في التركيب التشريحي **جزء مهم في المخ الإنساني** هو: **القشرة المُخيّة** **Cerebral Cortex** وهوغير موجود عند الحيوانات، حتى الراقي منها.. في هذه القشرة توجد المراكز العلوية **The higher Centers** التي تسيطر على جميع الدوافع، وتضبطها في الجسم*، ومن ضمنها؛ تتحكم في الغريزة الجنسية.

*** مثل غرفة العمليات في الجيش تتحكم في كل التحركات، وتوجِّه مراكز القيادة الد**

فالحيوان مثلاً لا يستطيع ضبط نفسه عن أكل أي شيء وهو جائع، ولايستطيع الامتناع عن المعاشرة الجنسية في موسم التزاوج ما دامت الظروف مُتاحة..

لانستطيع مثلاً أن نقول أننا سنقيم صومًا للقطط حتى الساعة الثانية عشرة ظهرًا، فما دام الأكل متاح لايستطيع الحيوان أن يضبط نفسه، ولادقيقة واحدة..

أما الإنسان فيستطيع ضبط نفسه بسهولة، فيصوم لمُدد طويلة، ويضبط ميله للأكل حتى الموعد المحدد، وحتى يعود إلى مكانه المعتاد أن يأكل فيه (البيت مثلاً..) وهكذا يستطيع أن يضبط كل تصرّفاته.. وغريزته الجنسية طبعًا..

ومن هنا فإن الإنسان الذي لايضبط غريزته، بل يتركها هائمة تشتهي ما تشتهي وتفعل ما تفعل، هو ينحدر بنفسه إلى مرتبة الحيوانات.. وهو إنسان مسكين لايعرف ماهي إمكانياته كإنسان..!

وإذا كانت هذه القدرة على التحكُّم تمثِّل فقط المستوى الإنساني(*)، فكم بالأكثر تكون إمكانيات السيطرة على المستوى المسيحي(**)..!!

(*) حتى لغير المسيحيين.

(**) ستقرأ عن المستوى المسيحي بالتفصيل في الباب القادم.

أخي الحبيب.. أنت تستطيع أن تضبط نفسك.. أريد أن تمحو من قاموسك بعد اليوم كلمة "غَصب عني".. أو "هذا مستحيل"..!!

(٤) الغريزة الجنسية في الإنسان هدفها الأصيل هو الحب الحقيقي والشركة مع الآخر..

ففي المحبة يبذل الإنسان نفسه للآخر.. يبذل الزوج نفسه لزوجته، وتبذل الزوجة نفسها لزوجها..

من خلال هذا الحب الحقيقي الباذِل المُضَحّي؛ يَسمَح الله باشتراك الإنسان معه في الخلق. فمن خلال شركة الحب في الحياة الزوجية تُخلَق أجيال جديدة في العالم(***).. وإذا كانت هذه الغريزة تشركنا مع الله، بقدرٍ ما، في الخلق فهي غريزة سامية جدًا جدًا، ومباركة جدًا من الله ذاته..!

(***) وكأن نمو الخليقة لا يحدث إلا بالحب. فكما أن الحب هو الذي أوجد الخليقة؛ هكذا أيضًا لايمكن أن تنمو إلا به.. من أجل هذا خلق الله الإنسان في جنسين مختلفين (ذكرًا وأنثى) ويلزم أن تكون هناك شركة حب بينهما وبذل متبادل، لكي تنمو الخليقة، ويكون الحب هو باعث الحياة والتجديد..وهذا لم يكن ليتحقق في وجود جنس واحد مثلاً يتوالد ذاتيًا، فبهذا الوضع تُزرَع فينا الأنانية والاستقلال، ويتلاشى الحب والشركة.. من هنا رأت حكمة الله أن يخلقنا في جنسين؛ ذكرًا وأنثى، عندما يتنافران يفنيان، وعندما يتلاقيان بالحب المضحّي في شركة الزوجية يتكاثران ويفرحان..!

والشركة والاتحاد والبذل والحب... هذه الأمور لاتتحقق إلا في سرّ الزواج المبارك، عندما يصل الإنسان وغريزته إلى **مرحلة النضج**.. لأن الذي يبذل نفسه هذا؛ لابد أن يكون ناضجًا ومسئولاً عن نفسه، لكي يستطيع أن يبذلها.. أما المراهق فلا يستطيع أن يبذل نفسه بالمعنى المطلوب للحب الحقيقي والزواج، لأنه لايزال له ولي أمر مسئول عنه، فكيف يبذل نفسه..؟ أو يكون مسئولاً عن بيت وزوجة وأولاد؟!... ومن هنا أكد الآباء وعلماء التربية أنه **لايمكن أن يوجد حب بمعناه الحقيقي في مرحلة المراهقة**.. وإنما يوجد فقط خداع وانفعالات عاطفية أو غريزية غير ناضجة لاترقى إلى مستوى الحب الباذل.

فالغريزة في سن المراهقة تكون مثل الثمرة التي ظهرت على الشجرة، وتحتاج لبعض الوقت لكي تنضج قبل أن نقطفها ونستمتع بها... وهكذا لن يتحقق الهدف من الغريزة الجنسية، التي تبدأ في الظهور فينا في هذا السن، إلا بعد نضجها.. ويكون ذلك في سن الزواج.

وكما أنه **خسارة كبيرة أن نقطف الثمرة** من على الشجرة فور ظهورها، و**قبل اكتمال نضجها**؛ هكذا أيضًا خسارة كبيرة أن نعبث بطاقاتنا وغريزتنا الجنسية، ونستعملها ونستنزفها قبل الزواج..!

وكما **نحافظ على الثمرة الصغيرة** وهي على الشجرة، ونرعاها ونهتم بها حتى تنضج بهدوء؛ هكذا فنحن نرعى غريزتنا ونحفظها بكل وقار، حتى يأتي الوقت المناسب لاستعمالها.

سن إعدادي ليس هو السن المناسب لاختيار شريك الحياة

بَقِيَتْ ملحوظة أخيرة قبل أن نختم هذا الفصل، نود أن نؤكد عليها، وهي **معنى الحب**.. فمفهوم الحب يجب أن يكون واضحًا في أذهاننا نحن أولاد الله.. هو ليس كما نشاهده في الغراميات التليفزيونية من استلطاف ونظرات وكلمات معسولة.. إلخ.

ولكن **الحب الحقيقي يعني البذل والتضحية من أجل الآخر..**

"هكذا أحب الله العالم حتى بذل ابنه الوحيد.." (يو ٣)

الحب التزام.. والالتزام لا يكون إلا من خلال الخطوبة والزواج..

ولعل هذه القصة الواقعية توضّح وتقرّب لنا المعنى المقصود..



حدثت هذه الواقعة مع نيافة المتنيّح **الأنبا بيمن** أسقف ملّوي الأسبق، ويحكيها بنفسه... حَدَثَ أن أتاه شاب في ثانوي وحدّثه قائلاً:

- أنت تقول يا سيدنا أنه لا يوجد حُب حقيقي في سن إعدادي وثانوي، ولكني غير مقتنع، لأني في الحقيقة أحب (فلانة) الطالبة في الإعدادية حبًا حقيقيًا، ملائكيا، سماويًا، طاهرًا، روحانيًا.. نازلاً علينا من السماء.. وأريد بالفِعل أن أتزوّجها... فهل هذا خطية؟!

أجابه الأنبا بيمن قائلاً:

- سأفترض أن كلامك صحيح. اسمح لي فقط أن أسألك سؤالاً، وأجبني بصراحة.

- تفضّل يا سيدنا.

- إذا حدث لهذه الأخت خلل في هُرمونات جسمها، فبدأ شعرها يتساقط، وشكلها يتغيّر، وجسمها ووجهها يمتلئان بالبثور الصديدية ذات الرائحة الكريهة.. فهل تقبل أن تتزوّجها؟

- أعوذ بالله... وهذه مَن يطيقها..؟!

- كلام جميل.. لنفترِض أن أختك التي تحبّها (وكان له أخت في مثل سِن البنت الأخرى) قد أصابها نفس الخلل في الهُرمونات، وبدأت تعاني من نفس التشوّهات، مذا تفعل؟

- أهتمّ بها طبعًا، لكي تدخل أفضل مستشفى. وإذا كان والدي سيعجز عن الإنفاق على علاجها، سأترك المدرسة وأعمل في أي عمل، حتى أوفر لها مصاريف العلاج والدواء..

أجابه الأنبا بيمن:

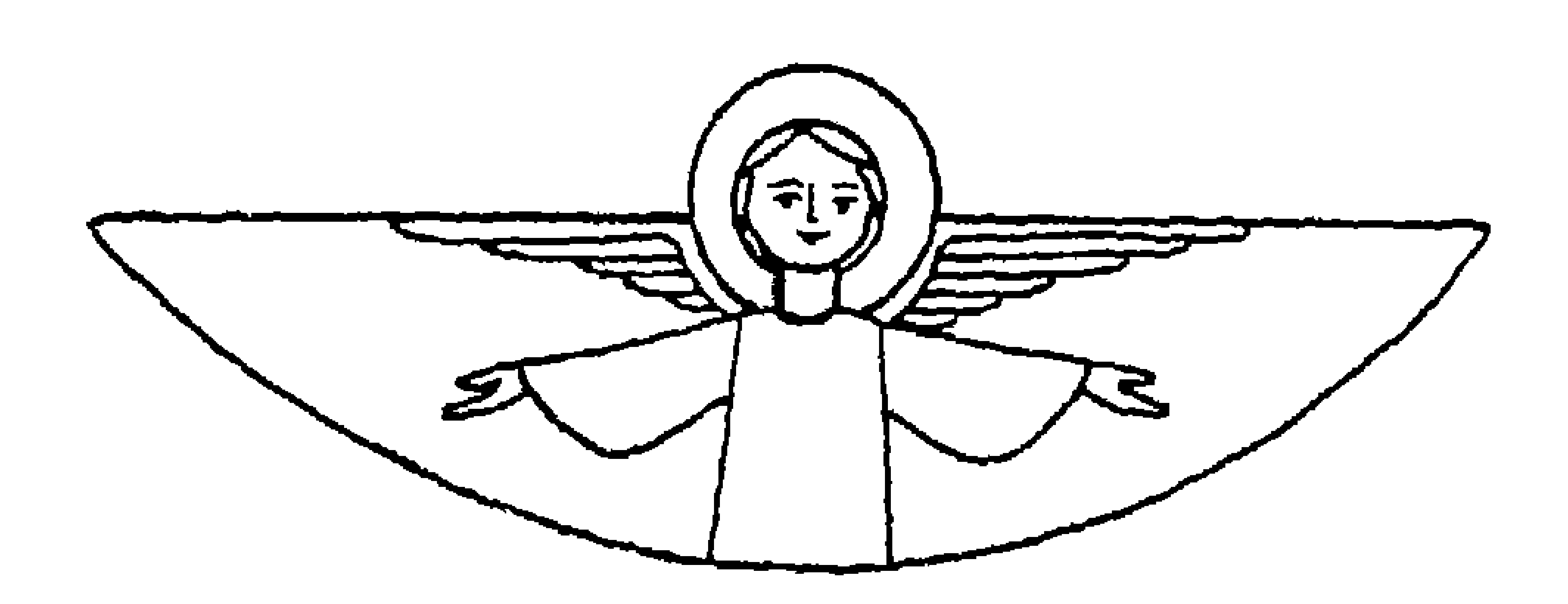
- **هذا هو الحب** يا إبني.. فالأخت الأولى كنت تحبها لا لذاتها بل لإرضاء شهواتك، وهذا ليس حبًا... أما أختك فأنت تحبها لشخصها، ومستعدّ أن تُعطيها وتبذل من أجلها... الأولى كنت تُريدها كشيء(*) تستهلكه، وتتمتّع به، وتأخذ منه لذّتك، وهذه هي الأنانية بعينها... أما أختك فأنت تحبها بالحقيقة... لعلك الآن فهمت معنى الحُب، واستنار لك الطريق!

(*) هذه الحالة [حالة استعمال الإنسان من أجل اللذة] يسميها العلماء: "**تشييء الإنسان**" أي نجعل الإنسان، وهو **شخص** له كرامته واحترامه، مثل **شيء** بلا كرامة، نبيعه ونشتريه ونستهلكه.

أخيرًا يا إخوتي.. لعلنا قد فهمنا، بعد أن تعلّمنا هذه المبـادئ الإنسانية، أن:

المشاكل العائلية، وأغلب الزيجات الفاشلة، سببـها الرئيسى هو : عدم وجود الحب الحقيقى، الذى هو أعمق هدف للغريزة الجنسية فى الإنسان.

✝ ✝ ✝



الفصل الرابع

الجنس مسيحيًا

يمكننا تلخيص النظرة المسيحية للجنس في النقاط التالية:

١) المسيحية تؤمن بالمباديء الإنسانية الأربعة، ثم تسمو وترتقي بها.

٢) نحن هيكل الله، والروح القدس ساكن فينا..

> "أم لستم تعلمون أن جسدكم هو هيكل للروح القدس الذي فيكم، الذي لكم من الله، وأنكم لستم لأنفسِكم. لأنكم قد اشتُريتم بثمن. فمجِّدوا الله في أجسادكم وفي أرواحكم التي هي لله" [١كو٦: ١٩-٢٠]
>
> "أما تعلمون أنكم هيكل الله، وروح الله يسكن فيكم، وإن كان أحد يُفسِد هيكل الله، فيُفسِدُه الله لأن هيكل الله مقدَّس الذي أنتم هو" [١كو٣: ١٦-١٧]

"لأن هذه هي إرادة الله قداستكم. أن تمتنعوا عن الزنا.. أن يَعرِف كل واحد منكم أن يقتني إناءه (جسده) بقداسة و كرامة... لأن الله لم يَدعُنا للنجاسة بل في القداسة. إذاً مَن يُرذِل لايرذل إنساناً بل الله الذي أعطانا أيضًا روحه القدوس" [١تس٤: ٣-٨]

إذن فخطية النجاسة مُوَجّهة إلى الله أولاً وأخيرًا.. فهي إهانة واحتقار لروح الله الساكن فينا [راجع أيضا (٢صم١٢: ١٠) الله يكلّم داود، بعد خطيته ضد أوريا الحثّي وامرأته، فيقول له أنت احتقرتني أنا..!!]

٣) **الأعضاء الجنسية أعضاء مقدّسة**، ككل أعضائنا، **تُدهَن بالميرون المقدّس**، وتُرشَم لذلك رشمًا خاصًا.. ومِن هنا **فهي مكرّسة ومختومة بختم المسيح!**

٤) إتحادنا بالمسيح في سِرّ الإفخارستيا يجعلنا **أعضاءً مِن لحمِهِ ومِن عظامه** [أف٥: ٣٠]، فصارت أعضاؤنا هي أعضاء المسيح..

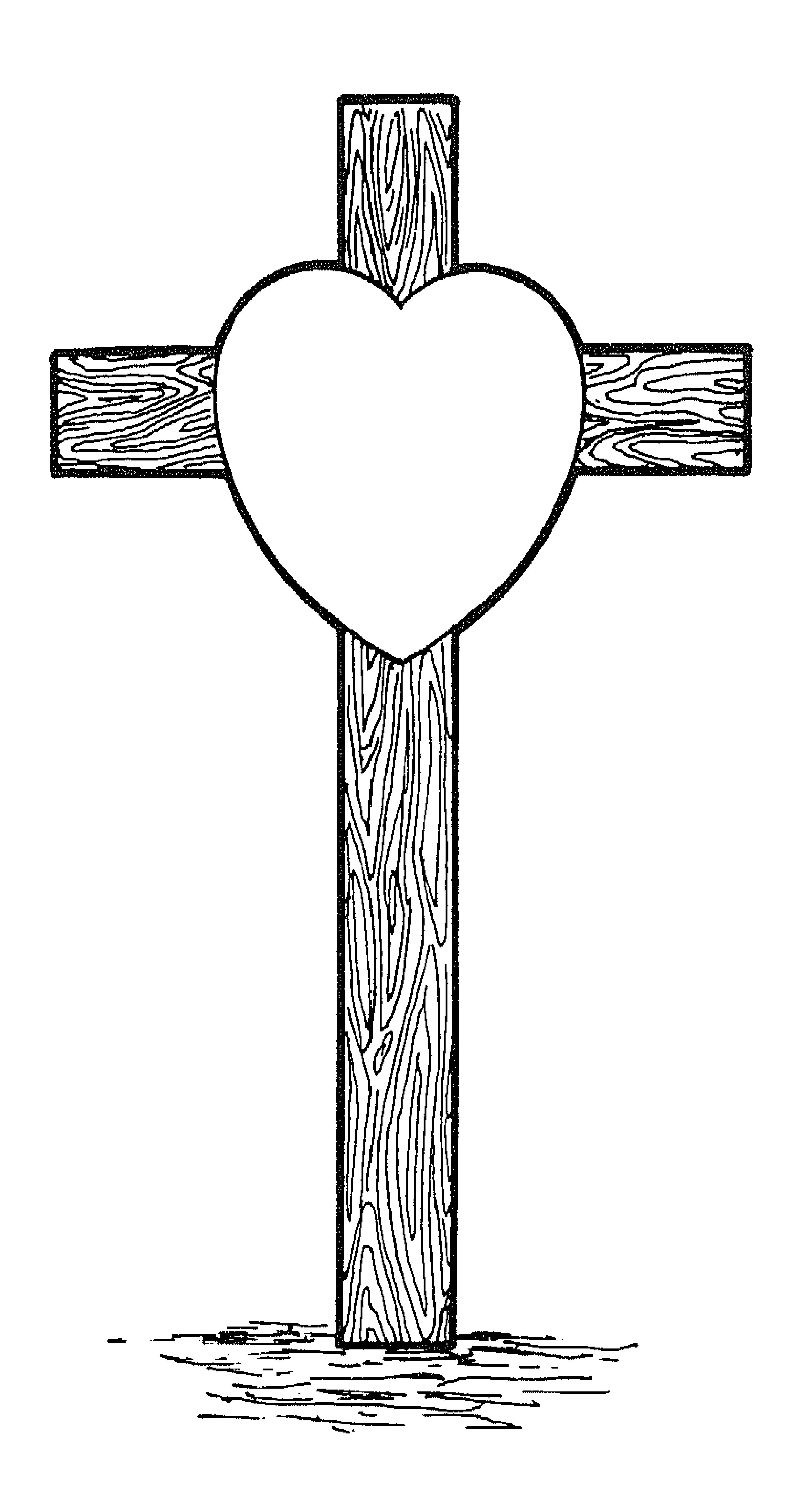
"أفآخذ أعضاء المسيح، وأجعلها أعضاء زانية.. حاشا.." [١كو٦: ١٥]

ولذلك صارت أعضاؤنا في خدمة الله، وليست لخدمة الخطية.. نُميت فيها الاتجاه الشرير، ونوجّهها دائمًا للبر والطهارة..

> "فأميتوا أعضاءكم التي هي على الأرض: الزنا - النجاسة - الهَوَى - الشهوة الردّية... الأمور التي من أجلها يأتي غضب الله على أبناء المعصية" [كو٣: ٥-٦]
>
> "لاتُقَدِّموا أعضاءكم آلات إثم للخطية بل قدِّموا ذواتكم لله كأحياء من الأموات وأعضاءكم آلات برٍّ لله" [رو٦: ١٣]

٥) الغريزة الجنسية عطية من الله، ونعمة غالية مقدسة..
والزواج عمل مُكرَّم ومقدَّس باركه الله، وهو الطريق الطبيعي السليم لاستخدام الغريزة الجنسية، وفي ذلك يختلف تمامًا عن الممارسات الدنِسة الأنانية الخاطئة..

> "ليكن الزواج مُكرَّمًا عند كل واحد، والمَضجَع غير نجس. وأما العاهرون والزناة فسيدينهم الله" [عب١٣: ٤]



٦) **المسيحية تحيا على مستوى المعجزة...** سُكنى الله في الإنسان أعطاه إمكانيات إلهية لتَسكن في هذا الإناء البَشَري الضعيف.. فصار الإنسان الترابي يحيا ويعمل بقوة الروح القدس الساكن فيه.. بإمكانيات الروح الهائلة..

> "أستطيع كل شيء في المسيح الذي يقويني" [في٤: ١٣]
> "هذه هي إرادة الله قداستكم.." [١تس٤: ٣]

فإذ أن إرادة الله قداستنا، فهو يَضَع كل إمكانياته الجبارة في خدمتنا..! وينتظر فقط أن تتوافق إرادتنا البشرية مع إرادته الإلهية...

فالله يستطيع أن **يقيم الساقطين** من أبشع مستنقعات النجاسة، **ويحفظ الأطهار** أمام كل تيارات الخطية بقوة لاتُقهَر، ويُجدّد فينا كل ما فَسَد ويخلقنا من جديد بالتوبة كل يوم.

المعجزة = عمل الله في حياة الإنسان



القديسة مريم المصرية

هي فتاه عاشت طفولتها وشبابها في أواخر القرن الرابـع بمدينـة الأسكندرية، وعندما مات والداها، وهي في الثالثة عشرة من عمرها تقريبًا، تفجرت طاقات شـبابها لممارسـة الخطيـة والدنـس فـي أبشـع صُـورِه (أغـاني بذيئـة- أعمـال قبيحـة- سُكر- رقص وخلاعــة- زنـا..) ووصلـت فـي ذلـك إلـى أدنـى درجـات الانحطـاط.. وعندمـا قاربت الثلاثين من عمرهـا، كـانت هنـاك سـفينة مسـافرة للأراضـي المقدسة للإحتفال بعيـد القيامـة، فركبتهـا دون أن يكـون معهـا أجـرة السَفَر، ولكنها كانت بالنسبة لها مشكلة بسيطة لأنها تاجرت بجسـدها مع ركاب السفينة، وأغوت الكثيرين بدرجــة بَشـعة حتـى أنهـا قـالت عن تلك الأيام: "إنني أندهش كيف أن البحر استطاع أن يحتمل مثل هذا الفسق؟! كيف أن الأرض لم تفتح فاهـا لتبتلعنـي بعـد خروجـي من السفينة مباشرةً، وتدفعني حية إلى جهنم؟!"

ولكن الله برحمته الكثيرة، وهـو الـذي لا يشـاء مـوت الخـاطئ، كان ينتظرها.. فعندما وصلوا إلـى أورشـليم، وهمّت بـالدخول إلـى

الكنيسة وسط الجموع، أحسّت بقوة خفيّة تمنعها. الجميع يدخلون وهي لاتستطيع أن تتجاوز الباب..! وبعد عِدّة محاولات فاشلة تراجعت وجلست في الخارج، وبدأت تُفكِّر في السبب... كان واضحًا أن حياتها الفاسدة وخطاياها صارت حاجزا بينها وبين الله... أخذتها نوبة بكاء شديدة، فكانت تقرع صدرها بينما دموعها تنساب بغزارة، وعندما رفعت عينيها وَجَدَت أيقونة للسيدة العذراء، فطلبت منها أن تُعينها في توبتها، وتَعَهّدت أمامها بأن ترمي خلفها كل حياتها الدنِسة الماضية، وتبدأ مع المسيح بداية جديدة.. أحسّت ببعض التعزية، وقامت لتدخل الكنيسة، فلم تجد أي صعوبة في الدخول وهناك بَكت كثيرًا، وصلّت لكي يُعينها الله لإكمال حياتها بين يديه.

قررت ألاّ تعود ثانية للإسكندرية، بل بعد أن اعترفت بكل شيء وتناولت من الأسرار المقدسة؛ انطلقت إلى البريّة المجاورة لنهر الأردن، وظلت هناك سائحة تُقيم في العراء بلا مأوى لمدة ٤٧ سنة.. كانت تقتات فيها بأعشاب البرية، وتُبلل لسانها بالندى المتراكم في الصباح على بعض الصخور... هاجمتها الشياطين بصورة وحشية في الـ١٧ سنة الأولى من توبتها، وكانت تذكرها

بالصور والأغاني والأفعال الدَنِسة، ولكنها كانت تُقاتل بصلابة الرجال، وتسجد واضعةً وجهها في التراب، وتصرخ طالبةً معونة الرب يسوع وشفاعة السيدة العذراء.. وقد تظل على هذا الوضع أيامًا حتى تأتي معونة السماء بنور وبهاء وتطرد الشياطين..

وبعد انتصارها على مدى هذه الفترة الطويلة، انكسرت حِدّة الهجمات الشيطانية، وبدأت تستمتع بعشرة فائقة مع حبيب نفسها، المجروح لأجل معاصيها المسحوق لأجل آثامها [إش٥٣]

احترق جلدها من حرارة الشمس في الصيف، وكانت تتجمّد من البرودة في الشتاء.. ولكن حب يسوع الذي ملك على كل جوارحها كان يُشعل قلبها بحب لاينطفئ فتسير في الطريق وراءه بالدموع، وكل شهوتها أن تُقدم ذاتها ذبيحة حيّة على مذبح حبه..!

وقبل انتقالها من هذا العالم دبّر الله لقاءها مع القديس زوسيما القس، عَرفته باسمه، وقصّت عليه قصتها، وفي السنة التالية أحضر لها الأسرار المقدسة حسب طلبها، وناولها. وفي السنة الثالثة وجدها قد تنيّحت وهي راكعة تُصلي، ووجهها ناحية المشرق، ووجد مكتوبًا بجانبها "**إدفن هنا جسد مريم البائسة.. وصلي من أجلي**"

فتعزّت نفسه وعاد لديره بفلسطين وكتب قصتها. وتُعيّد لها كنيستنا القبطية في ١٦ برمودة من كل عام.. بركة توبتها وطهارتها تكون معنا آمين.

هاهي <u>المسيحية</u> تحيا على مستوى المعجزة..!
وهاهي <u>التوبة</u> تُصيّر الزناة بتولبين وقديسين..!
وهاهي <u>النعمة الإلهية</u> تُجدّد وتُغَيّر...
طوبى لمن أسلم نفسه لها..!!

" ها أنا أصنع كل شيء جديداً" [رؤ ٢١: ٥]

وكل مسيحي لايعيش على مستوى المعجزة(*) في حياته اليومية، هو ليس مؤمناً حقيقيا..!!

لذلك يلزمنا أن نترجى المعجزة، ونطلبها، ونُلحّ في الطلب، حتى نأخذ قوتها في حياتنا.. فالقوة الإلهية لاتعطى للكسالى والنائمين.

المسيحية جبارة... المسيحية معجزة..!

(*) المقصود عمل الله اليومي في حياته.

صلاة



إلهي المحبوب يسوع..

دعني أتبعك،

وأفني حياتي لتمجيد وإكرام اسمك..

وأخدمك بكل طاقتي..

يا مَن أحببتني،

وبذلتَ ذاتك من أجل حريتي..

أُعطيك حياتي،

لتكون ملكاً لك....

آمين.

الفصل الخامس

حياة العفة في مرحلة المراهقة والشباب

تثور الكثير من التساؤلات في أذهان الفتيان والفتيات في هذا السن:

١- الفترة ما بين بداية عمل الأجهزة التناسلية فيَّ، وسن الزواج، فترة كبيرة.. كيف أحافظ على نفسي بدون خطية كل هذه المدّة الطويلة؟!

٢- أريد العفّة، ولكن الجو المحيط بي جو فاسد: المدرسة- المجتمع- التليفزيون- السينما- أفلام الفيديو- الأفكار- النكات القبيحة...

ماذا أفعل؟ هل أنعزل عن المجتمع؟!

٣- بداخلي طاقة كبيرة. هل المطلوب مني أن أكبتها؟!

٤- أريد أن أجرِّب بعض الأمور.. هل هذا خطية؟!

٥- هل هناك ما يمنع أن أكوِّن صداقات مع الجنس الآخر؟

٦- ماذا أفعل الآن تجاه أعضائي الجنسية؟

٧- هل الدخول في التجارب العاطفية يفيدني أم يضرّني؟!

٨- هل التفكير في اختيار شريك الحياة في هذا السِن خطية؟!!

٩- كيف أصدّ هجمات الشيطان ضد طهارتي؟

هذا السؤال الأخير، سنُفرِد له الفصل القادم بأكمله لكي نوفيه حقه.. أما بقية التساؤلات فهيّا بنا نناقشها معا..

لقد اتفقنا أن لدينا إمكانيات جبارة، تجعلنا واثقين بنعمة المسيح من الإنتصار مهما كانت التحدّيات.. فقط أنت تحتاج لبعض الإرشادات العملية البسيطة.. أوجزها لك فيما يلي:

١- ليكن لك نظرة سليمة للجنس.. نظرة سامية لها وقارها.. كما شرحنا إنسانيًا ومسيحيًا.

هناك نظرتان خاطئتان تجنبهما:

(١) نظرة **الاحتقار** للجنس، والتذمُّت والوسوسة.

(٢) نظرة **الابتذال** والخلاعة والدنس.

٢- تعهّد غريزتك الجنسية تعهُّدًا واعيًا... فمثلاً:

اهتم بالنظافة المعتادة في إطار نظافة الجسم، مع عدم الاهتمام الزائد أو إثارة الأعضاء الجنسية بقصد أو بدون قصد، لأنها أعضاء حسّاسة جدًا..

كما ينصح الآباء، أنه عندما تخلع ملابسك (أثناء الاستحمام مثلاً) كُن عفيفًا في نَظَرك، ولا تتطلّع إلى أعضائك، حتى في المِرآة.. لأن هذا قد يثير الشهوة فيك.

٣- اضبط الطاقة الجنسية فيك، ولا تكبتها... فحياة **العفة** ليست دعوة للحَدّ من طاقات الحب والحيوية بل على العكس هي **دعوة لتوجيه هذه الطاقة نحو البناء، وتحرير الحب من كل أنانية.**

الكبت هو كتم **الطاقة وحجزها** بدون أي استثمار.. **مجرّد امتناع** عن إطلاق الطاقة، مع وجود **فراغ** في حياة الإنسان..!

أما **الضبط** فهو **تحكّم متّزن في الطاقة**، للاستفادة بها واستثمارها لبنيان شخصية متكاملة.. فيمكن **تصعيد الطاقة والتسامي بها** في أنشطة رياضية، وعلمية، وروحية، وموسيقية... أنشطة نقيّة وبنّاءة..

مثال لتوضيح الفرق بين الضبط والكبت:

فيضان نهر النيل في كل صيف، كان فيضانا هائلاً. ولكن أغلب هذه الطاقة المائية كانت تُهدَر في البحر. فلكي نستفيد بهذه الطاقة العظيمة قررنا ضبطها (وليس كبتها)، فأقمنا السدّ العالي الذي حجز كمية كبيرة من المياة خلفه، ونظّم مرور المياة في مجرى النهر

بحسب الاحتياج.. وبالتالي بدأنا نستفيد من هذه الطاقة المائية في ريّ أراضي صحراوية، وشقّ تُرَع جديدة، وتوليد الكهرباء.. إلخ

فالضبط جعلنا نستفيد بكل الطاقة في مجالات متعدّدة، ولم يَضع منها شيئا. أما **الكبت** فهو أن نضع سَدًّا أمام مجرى النهر، بدون أي تفكير في كيفية الاستفادة من المياة التي خلفه، وبدون أي فتحات في السَدّ.. النتيجة الطبيعية أنه سيأتي اليوم الذي فيه ينهار السَدّ مِن قوة تدفُّق المياة، فتضيع المياة وتغرق مصر..!

إذن **الضبط: توجيه وتحكُّم وتوظيف للطاقة..**

والكبت: حجز للطاقة مما يؤدي إلى الإنفجار..!

٤- لكي تستغل طاقتك جيدا، ادخل بقدر إمكانك في:

* **أنشطة روحية:** الشموسية- دراسات الإنجيل- المسابقات الروحية- إجتماعات الصلاة.

[هذه تغذي الروح وتجعلها تسود على العاطفة]

* **أنشطة ثقافية:** القراءة- الندوات- الدراسات الراقية..

[هذا يجدد ذهنك ويجعلك تحترم نفسك، وتحتقر الخطية]

* **أنشطة موسيقية:** ألحان- ترانيم- عزف على الآلات الموسيقية... **[هذا يشبع عاطفتك وهواياتك]**

* **أنشطة اجتماعية:** رحلات- معسكرات- خلوات- حفلات نظيفة...   **[لإشباع طاقات الحُب مع زملائك]**

* **أنشطة رياضية:** فممارسة الرياضة شيء هام، ومطلب ضروري في سنك.

* **أنشطة الكشافة:** فهذا النشاط سيفيدك جدا، لأن هدفه الأساسي: المحبة. فسيعلمك كيف تعتمد على نفسك، وكيف تتصرف في المواقف الصعبة، وكيف تُضحي، وكيف تساعد إخوتك، وكيف تكون خدومًا(*)، وكيف تعمل داخل "**فريق عمل**" **Team work** مؤديا دورك بإتقان... وستكتسب مهارات أخرى متنوعة.

٥- العقل الفارغ معمل للشيطان: لذلك لا تجعل في داخلك أي **فراغ**.. أملأ **قلبك** بحب يسوع والكنيسة، وأملأ **فكرك** بآيات الإنجيل، وسير القديسين والقراءات الراقية.. **ليكن الكتاب صديقك**، ولاتُضيّع وقتك في التفاهات وتقول "أصل أنا عندي وقت فراغ"..!

> **اتعب نفسك في قراءة الكتب، فهي تخلّصك من النجاسة.**   ﴿القديس أنطونيوس الكبير﴾

(*) وهذا سيجعلك ناجحًا ومحبوبا أيضا في وسط أهل بيتك.



* **لماذا لا تتعلم مهارات جديدة كل يوم:** أركت- خياطة-.... إلخ

* **لماذا لا تضع خطة لدراسة الكتاب المقدّس** كله بعهديه القديم والجديد هذا العام، وتكتب ملخصًا لكل سفر...!؟

* **لماذا لا تطلب من الخدام في الكنيسة أن يعطوك مسئولية عمل في الخدمة**، وتقوم به في جدية وإخلاص..!؟

أولاد الله لا يوجد عندهم شيء اسمه وقت فراغ، لأن عندهم مسئوليات هامة، هم مشغولون بها.. فحياتهم ممتلئة.. والحياة الممتلئة يَصعب على الشيطان اختراقها..!!

٦- إحذر الانحراف بالغريزة إلى مجالات رديئة.. مثل العادات الجنسية- الزنا- المجون والخلاعة- الكلام الجنسي- الشذوذ...

واحذر أن تجرّب شيئًا من باب العِلم بالشيء، **فخبرة الشّر مُهلكة** وتجربة الشرّ مُرّة جداً بعكس ما يزيّنها العالم، لكي ننخدع فيها..

إذن.. **لاتتفاوض مع الخطية**، بل كُن قويًا واهرب لحياتك. فالإنسان الطاهر يكره حتى رائحة الخطية..

> "مبغضين حتى الثوب المُدَنّس من الجسد" (يهوذا٢٣)

٧- لا تفكر في أمور سابقة لأوانها..

مثلاً: لا تفكر وأنت في سن إعدادي وثانوي في الزواج والعروسة، وهل ستجد شقة أم لا، وهل سيكون عندك سيارة... إلخ فهذه الأمور غير مطروحة في مثل سنك، بل تفهم واجبات مرحلتك.. وحاول تتميمها..

فكما قال أحد الحكماء:

[لا تركز نظرك في الماضي ولا في المستقبل... لئلا يفلت من بين يديك جمال الحاضر..!]

٨- يجب أن تكون واعياً لنقاوة المصدرالذي تأخذ منه معلوماتك وتسليتك..

هل هو يحبك ويريد لك الخير أم لا؟! يريد أن يبنيك ويفيدك، أم يريد فقط أن يستولي على ما في جيوبك..؟!!

التليفزيون- أفلام الفيديو- السينما- الكتب الجنسية والمجلات- بعض الأصدقاء...

- اهتم يا أخي الحبيب بأن يكون الينبوع الذي ترتوي منه نقيا، غير ملوث بسموم الخطية، لئلا تدخل السموم حياتك، وتسبب لك آلاما قاسية وقد تنهي على حياتك..

فالسموم أحيانا تختبئ داخل **الفن** أو **العلم** أو **الصداقات**.. لكي تتناولها بأمان، ثم تفاجأ بتأثيراتها العنيفة داخلك..

لذلك اطمئن أولاً وتأكد من سلامة الينبوع قبل أن تشرب..

ولعل هذه القصة تعطيك بعض النور في الطريق..

قصة

أراد أحد المخرجين السينمائيين أن يعمل دعاية لفيلمه الجديد، فأرسل إلى إحدى المدارس الثانوية عددا من التذاكر المجانية، لتوزيعها على الطلبة هناك..

وصل الخبر إلى مدرس مسيحي واعي يعمل بهذه المدرسة. وإذ كان يعلم أن هذا الفيلم هابط، رفض توزيع التذاكر على الطلبة.. فلما علم المخرج بذلك حضر إلى المدرسة وهو غاضب، ودار بينه وبين المدرس هذا الحوار:

– لماذا لم توزع التذاكر المجانية على الأولاد؟!

–وأنا أيضا أسألك.. هل سمحت لإبنك أن يرى هذا الفيلم؟

– لا... لم أسمح.

– لماذا؟!

– لانه كله "........." [كلمة تحمل في معناها الرقص والخلاعة]

–يا للعجب... إذ كنت تخاف على إبنك من هذه النجاسة؛ ألا

تخاف على هؤلاء الطلبة الأبرياء أبناء الناس، من اشتعال الشهوات داخلهم، وفقدانهم لعفتهم وطهارتهم..

أجاب المخرج بابتسامة صفراء:

- يا أستاذ.. نحن إذا لم نضع هذه المناظر في التصوير.. الفيلم سيخسر وشباك التذاكر حايقفل...!

أصر المدرس على موقفه، وانصرف المخرج خائبا.

لعلك يا أخي تبدأ في الإنتباه لما يعرض عليك الآن ، ولا تقبل إلا ما يناسبك كإبن لله.. !

> "كل الأشياء تحلّ لي، لكن ليس كل الأشياء توافق.
> كل الأشياء تحل لي، لكن ليس كل الأشياء تبني"
> (١كو ١٠: ٢٣)

٩- في ممارسة سري الاعتراف والتناول، لا تذهب للاعتراف والتناول لمجرّد التوقّف عن خطية معينة. ولكن **ليكُن هدفك أن تعيش مع المسيح، وتتلامس معه، وتذوق حلاوة محبته وعشرته، وتختبر قدرته في حياتك؛ فتتغير شخصيتك ككل.** والغريزة الجنسية كجزء من شخصيتك، سيتحسن وضعها بالتالي أيضا.

١٠- عندما تكون الظروف الخارجية معاكسة، والمناخ العام فاسد (خلاعة في الملابس - قباحة في الكلام والأحاديث - إثارة للشهوات بطرق مختلفة...) **يلزم أن يكون الإنسان أكثر مناعة من الداخل**، عن طريق القراءات المقدسة والصلوات القوية.. والصوم والميطانيات أيضا...

☆ **مثال:**

مدرسة بها جو من الإباحية، والمجموعات المنحلة أخلاقيا، ويكثر فيها الكلام الجنسي، والتلميحات والقباحات...

يحتاج الطالب في مثل هذه الظروف، أكثر من غيره، أن يصلي جيدا صباحا بالمزامير، بكل قوة، مع الميطانيات، ليكون ممتلئا من النعمة، وأكثر حصانة أمام هذه التيارات.

١١- نحتاج إلى الجدِّية في الحياة..

متى نقول: لا.. ومتى نوافق...!

مشكلتنا دائما أننا نريد كل شيء بسهولة.. النجاح.. التخرج... وأيضا نريد أن نأخذ أكاليل حياة الطهارة بسهولة... ترى هل هذا منطقي؟!!

فكما أننا لابد أن نجتهد ونتعب ونسهر ونكون أمنـاء لكـي ننجـح.. لابد أيضا أن نجاهد بقوة وضراوة لكي ننال أكاليل الطهارة المنيرة على رؤوسنا..

لابد أن نعمـل مـا علينـا، لكـي تعمل نعمـة اللـه فينـا، وتقدّسنا، وتكللنا..!

١٢ - لاتحيا في عقدة الذنب.. وكأن الله يرصد لك كل هفواتك وخطاياك، وسينتقم منك أشدّ الانتقام، ويجعلك ترسب في الامتحانات إذا نظرت نظرة شريرة، أو وقعت في خطية العادة السرية..

الله ليس بهذه الصورة؛ كما يتصور البعض أنه سيد قاسي يمسك لنا بميزان، ويعد علينا أخطاءنا..

الله قلبه كل حنان وحُب.. هو يحبك وينظر إلى جهادك، ويريدك أن تكون شخصية نامية وناجحة في كل شيء.

الله يدعونا دائما للخلاص والحرية، والتمتـع بعشرته الحلـوة.. ولايريد إلاّ إسعادنا..! وهو حينما يدعونـا لحياة العفـة، فهذا من أجل نفعنا وبنيان حياتنا.

١٣- بخصوص الصداقات مع الجنس الآخر.. (Boy Friend - Girl Friend) هذا سيضر العفة ضررا بالغًا.. لأن مستوى النضج في سن إعدادي وثانوي لا يكون قد اكتمل بعد. لذلك يستغل الشيطان الفرصة ليلوث الفكر والقلب.. كما أن هذه الصداقات تضر بسمعة الإنسان جدا وخاصة الفتيات، **فالشاب الشرقي يرفض مبدئيا الزواج من فتاة لها خبرات عاطفية سابقة.**

وقد أفردنا فصلاً خاصا لنناقش فيه موضوع "**الجنس الآخر**" بتفصيل أكبر.. ستقرأه بعد قليل..

١٤- **الطهارة قوة** في حياة الفتى والفتاة، وتعطي لهما **سِحرًا وجاذبية وجمالاً وبريقًا خاصًا.** بعكس النجاسة التي تطفئ بريق الإنسان..!

فإذا كانت الخلاعة تسحر الكثيرين؛ فالطهارة لها سحر وبريق وجاذبية أعظم من الخلاعة مئات المرات..

مثلاً: كلنا نعرف قصة مارجرجس الذي أرادوا تحطيم إيمانه بإسقاطه في النجاسة، فلما دخلت إليه المرأة الخليعة وأرادت إغراءه ليفعل معها الخطية، لم ينظر إليها، بل انتصب بقوة للصلاة معطيًا إياها ظهره، رافعا عقله وقلبه للسماء.. وظلّ يصلّي بحرارة ودموع

حتى ذبلت المرأة وانزوت في أحد أركان الزنزانـة.. إلـى أن انتهـى من صلاته.. فأتت راكعة أمام وجهه الذي أنارته النعمة، وهي تقول عبارتها الشهيرة:

لقـد أحضرونـي ليُسـقطوك بسـحر خلاعتي، فجذبتني أنت بسحر طهارتك..

فكلمها عن السيد المسيح وآمنت واستشهدت في اليوم التالي..

ينبغي أيضًا أن نؤمن أن **الطهارة هي نور عيوننا**، بدونها لن نرى الله... **وهي الثوب الأبيض النقي** الذي سنُزف به العريس السماوي، ويجب علينا أن نحفظ هذا الثوب نقيا بهيا بلا أي اتساخ.. حتى نستحق أن نكون "**عذراء عفيفة للمسيح**"

> "خطبتكم لرجل واحد، لأقدم عذراء عفيفة للمسيح"
> (٢كو١١:٢)

صلاة

ياربي يسوع..

نحن ضعفاء،

وأنت تعرف المجتمع الذي حولنا..

والإثارات العنيفة التي تتحدانا..

ونحن قطيع صغير..

نحن حملان في وسط ذئاب،

وأنت وحدك الراعي الأمين،

الذي تحمي أولادك.

إمسك يدي وقدني،

لكي أستطيع أن أعبر هذه الفترة بأمان..

قويني وباركني ..

ياأعظم إله في الوجود..

أشكرك...أشكرك..

✝ ✝ ✝

الفصل السادس

كيف أعيش طاهراً؟

كيف أصدّ هجمات الشيطان ضدّ طهارتي؟!

في البداية يجب أن ندرك يا إخوتي أن مهاجماتنا بالأفكار الشهوانية في سن المراهقة هو أمر طبيعي.. لابد أن يحدث... ولكن كما يقول *القديس مار إسحق*:

> **إننا لا نستطيع أن نمنع الطيور من التحليق فوق رؤوسنا، ولكننا نستطيع أن نمنعها أن تصنع أعشاشا في رؤوسنا..!**

فنحن لا نستطيع أن نوقف هجمات الشيطان علينا، أو نمنعه من تصويب سهامه تجاهنا.. ولكننا بنعمة المسيح نستطيع صد الهجمات، ومنعه من اختراق أفكارنا وقلوبنا. ونستطيع أيضا توجيه ضربات قوية له بأسلحتنا الروحية الجبارة..!

☆ **تعالوا** بنا نرى **كيف نحارب حروب الطهارة وننتصر**، من خلال خطة **دفاعية** مُحكَمة (سلبية)، وخطة **هجومية** ساحقة (إيجابية)...

أولاً: الخطة الدفاعية (السلبية):

وتشمل: حفظ الحواس - طرد الأفكار الشريرة منذ بدايتها - البُعد عن أصدقاء السوء.

١- حفظ الحواس... فهي مداخل الفكر، وهي التي يصوب إليها الشيطان سهامه، لتدخل منها... فإذا حفظنا حواسنا جيدًا، نكون قد حافظنا بالتالي على نقاوة قلبنا...

يقول القديس مار إسحق السرياني:

> **إذا وضعنا كل جهاد الإنسان، من صوم وصلاة ونُسك وميطانيات... في كفة، ووضعنا حفظ القلب والحواس في كفة.. فالكفة الثانية ترجح..!**

وهذا معناه أن حفظ حواسنا شيء مهم جدًا، ويوفّر علينا الكثير من المجهود.

◎ العين :

- هـي أهـم الحـواس وأخطرهـا.. لذلـك يجـب أن نعطيهـا اهتمامـا الغا..

- **مهمتنا أن نحفظ العين نقية؛** فلا نتطلّع فـي الجنـس الآخـر بغـير ـياء، أو ننظـر إلـى الصـور الخليعـة فـي المجـلات أو السـينما أو لتليفزيون ...إلخ.

> **"عهدًا قطعت لعيني، فكيف اتطلع في عذراء"**
> (أيوب ٣١: ١)
> **عيناي تنظران إلى الرب في كل حين، لأنـه يجتـذب من الفخ رجليّ.** **(مز ٢٤ - صلاة باكر)**

- **يجب أن تكون أعيننا شبعانة..** بمنظـر الصـليب، وبصـورة السيدة لعذراء البتول الطـاهرة، شبعانة بالصـلاة وبالمناظر الروحانية..

> **"رفعت عيني إلى الجبال من حيث يأتي عوني"**
> **(مز ١٢١)**
> **"إليك رفعت عينيّ يا ساكن السماء..."**
> **(مز ١٢٣)**

۞ الأذن :

- هي حاسة هامّة لها تأثيرها القوي أيضًا، وأهم ما فيها أنها تظل مفتوحة على الدوام..!

- **مهمتنا إشباعها** بالكلمات المقدسة، والموسيقى الكنسية، والنغمات الهادئة، والتسبيح والترنيم، وطرد كل نشاذ يحاول الدخول..!

- أما النكات القبيحة والأغاني المبتذلة، فليس لها مكان في آذان أولاد وبنات المسيح الأطهار.

۞ اللمس :

- الاحتراس واجب، وخاصة في الأماكن الشديدة الازدحام.

وهكذا نرى أن **تقديس الحواس مهم لتقديس القلب.**
والإنسان الذي لايحفظ حواسه، يشبه المدينة التي بلا أبواب، تكون معرّضة للنهب والتخريب.

٢- طرد الأفكار الشريرة منذ بدايتها..

- بقوة الرب يسوع القدوس الذي في داخلي، الذي أتناوله ويسكن فيّ.

- وبقوة اسمه على لساني..

كل مَن يقول يا ربي يسوع

كمَن بيده سيف يصرع العدو

[إبصالية الإثنين]

الشيطان في البداية يعرض علينا الخطية في صورة فكر بسيط، إذا قبلناه وأدخلناه إلى رأسنا وتفاوضنا معه، يدخل بأفكار أخرى كثيرة تلوّث العقل والقلب، وتدفع الإنسان إلى الخطية بالفعل..

طرد الفكر في بدايته يكون سهلاً، مثلما تستطيع أن تنزع بذرة شوك صغيرة سقطت في أرضك..!

لكن إذا تركت الفكر يتغلغل ويمدّ جذوره، يكون انتزاعه أكثر صعوبة، مثلما تجد صعوبة في اقتلاع شجرة قوية مدّت جذورها في الأرض..

من هنا نفهم أن طرد الأفكار يجب أن يكون بسـرعة أول بأول، ولاتتركها تسكن في العقل وتتكاثر..!

حبيبي .. هل تعلم أنك ملك.. ولك سلطان جبار أعطاه لك الله، لتطرد بعيدًا عنك كل أفكار الشرّ..

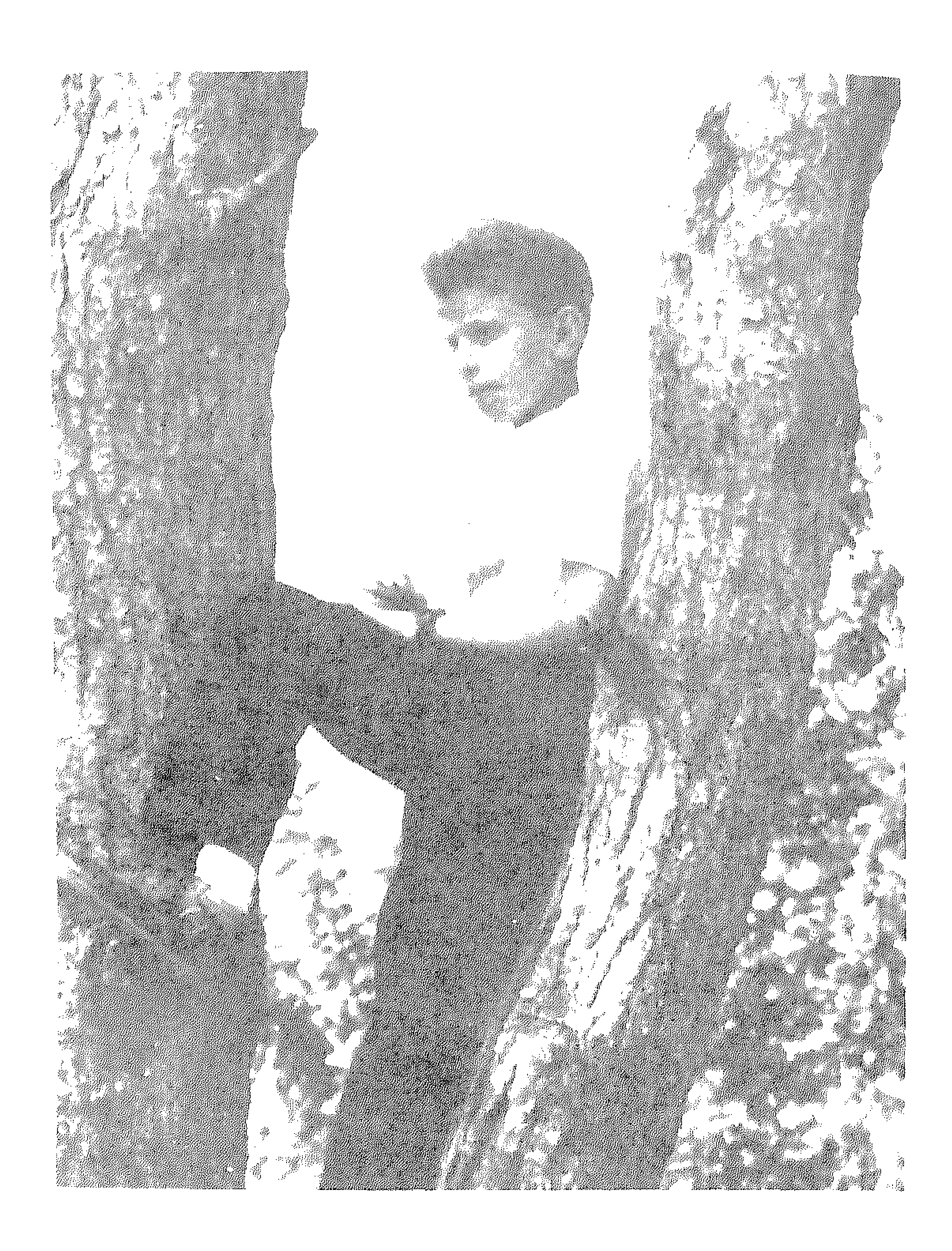
ها أنا أعطيكم سلطانًا لتدوسوا الحيّات والعقارب وكل قوة العدو، ولا يضرّكم شيء" (لو ١٠: ١٩)
وجعلنا ملوكًا... (رؤ ١: ٦)

٣- البُعد عن أصدقاء السوء..

"المعاشرات الرديئة تُفسِد الأخلاق الجيدة"
(١كو ١٥:٣٣)

"طوبى للرجل الذي لم يسلك في مشورة المنافقين وفي طريق الخطاة لم يقف، وفي مجلس المستهزئين لم يجلس"
(مز ١)

"المساير الحكماء يصير حكيمًا، ورفيق الجُهّال يُضرّ"
(أم ١٣:٢٠)



"اهرب من الخطية هربك من الحيــة، فإنهـا إن دنَـوت منها لدغتك.. أنيابها أنياب أسد تقتل نفوس الناس"

(يشوع بن سيراخ ٢١:٢)

"أمـا الشـهوات الشـبابية فـاهرب منهـا، واتبـع الــبر والإيمان...." (٢تيمو ٢:٢٢)

"اهـرب لحيــاتك.."

(تك١٩:١٧) وهذا مبدأ هام جدًا جدًا..

بعد أن قرأت يـاأخي الحبيـب هـذه الآيـات المضيئـة، أودّ أن ألفـت نظرك إلى مبدأ هـام وهـو: "**الطريـق قبـل الرفيـق**" [بعكس المثَل الشائع "الرفيق قبل الطريق"] بمعنى:

أنك **تختار طريق المسيح فـي البدايـة**، وعندمـا تسـير فيـه **ستجد** أيضًا **أشخاصًا يسيرون معـك فيـه**.. فعندئذٍ يمكـن أن **تختـار منهـم أصدقاءك ورفقاءك..!**

المهم أن تسلك في طريق الحياة، حتى لو سلكت فيه وحدك..

اتّخذ أصدقاءك من داخل الكنيسة، من الذين يسيرون في طريق المسيح

ثانيًا: الخطة الهجومية (الإيجابية):

وتشمل: إشباع القلب وتحصينه - محبة الطهارة من كل القلب - الجهاد ضد السقوط حتى الدم.

١- إشباع القلب وتحصينه:

* بالصلاة:

- هي قوة جبارة، لاتهملها يا أخي..
- الصلاة تشبع القلب وتمنحه سلامًا..
- صلوات الأجبية صلوات جبّارة، والمزامير سلاح فعّال جدًا، احرص على الانتظام فيها يوميًا.

> إحفظ المزامير تحفظك المزامير..!
>
> ﴿ قداسة البابا شنودة الثالث ﴾

- الصلوات السهمية القصيرة.. صلاة يسوع:

ياربي يسوع المسيح أعنّي.

ياربي يسوع المسيح ارحمني.

ياربي يسوع المسيح قدّس قلبي وفكري.

ياربي يسوع المسيح اسندني فأخلُص.

ياربي يسوع المسيح احفظ نفسي ونجني..

هذه الصلوات إذا رددناها باستمرار؛ تدفئ القلب، وتشبعه وتحصنه، وتطرد أي فكر دنس يحاول إقتحامه.

- اعط أيضًا لنفسك **فرصة للصلاة الارتجالية**؛ التي تقولها أنت من نفسك.. اطرح فيها كل همومك وطلباتك ومشاعرك أمام الله وثق أنه يسمع، ويستجيب في الوقت المناسب.

* بكلمات الإنجيل:

- فهي سلاح قوي. يحفظنا ويقدّس أفكارنا، وينير طريقنا..

> "بماذا يقوّم الشاب طريقه..؟ بحفظه أقوالك"
> (مز ١١٩: ٩)



- ستجد في ملاحق هذا الكتاب آيات حلوة كثيرة تشجعك وتقويك في حياة الطهارة.

- احرص على قراءة الكلمة الإلهية بانتظام يوميًا، واعط القراءة وقتًا كافيًا.

"لتسكن فيكم كلمة المسيح بغنى.." (كو ٣:١٦)

* بالاعتراف:

- التوبة وتنقية القلب أول بأول يساعدان جدًا على حياة الطهارة..

- من الصعب على إنسان لايعترف بانتظام أن يحيا حياة الطهارة.. فسِرّ الإعتراف هو من أهم الأسرار التي تقوّينا في حياة الطهارة..

"إن اعترفنا بخطايانا، فهو أمين وعادل حتى يغفر لنا خطايانا، ويطهرنا من كل إثم" (١يو ١:٩)

"من يكتم خطاياه لا ينجح، ومن يقر بها ويتركها يُرحَم" (أم ٢٨:١٣)

- دخول الخطية وبقاؤها داخل القلب لفترة دون إخراجها بالتوبة والاعتراف، يفقد الإنسان حساسيته الأولى تجاه الخطية، وبالتالي

تدخل إلى قلبه وحياته أشياء سيئة كثيرة بسهولة، وهي أشياء لم يكن يقبلها أبدًا قبل ذلك..

ومن هنا تأتي أهمية التوبة السريعة والإعتراف، وتنقية القلب أول بأول حتى **تظل حساسيتنا مرهفة تجاه الخطية**، فنكره حتى رائحة الخطية، ونرفض أي شبه شرّ..!

- الأفكار النجسة والصور الشيطانية القبيحة.. هي **مثل فيلم الكاميرا الذي إذا تعرض للنور احترق**، وإذا أخفيناه يظل قائمًا، بل ويمكن طبع آلاف الصور منه.. لذلك **فالإعتراف يحرق هذه الصور والأفكار، ويبيدها تمامًا.**

* بالتناول:

- فالتقديس بدم الحمل القدوس، يمنحنا قوة جبارة، ويملأ قلوبنا بالبهجة والحياة..

- سُكنى المسيح في قلبي يعطيني القدرة على طرد كل ما هو نجس، بقوة ذلك القدوس الساكن فيّ..

أصبحت أنت لاتحارب، لكن **المسيح الساكن فيك هو يحارب عنك..!**

"الرب يقاتل عنكم وأنتم تصمتون" (خر١٤: ١٤)

"للرب حرب مع عماليق (الشيطان) من دور إلى دور" (خر١٧: ١٦)

"الحرب للرب.." (١صم١٧: ٤٧)

٢. محبة الطهارة من كل القلب:

- فهي نور عينينا وثوب زفافنا لعريسنا السماوي، ربنا يسوع..

ثِق ياأخي أنك إذا اشتهيت حياة الطهارة سيعطيها لك الله.

"النفس العفيفة؛ لاقيمة توازيها"

(يشوع بن سيراخ ٢٦: ٢٠)

- هناك الكثير من القديسين والقديسات الذين أحبوا الطهارة والحشمة من كل قلوبهم وقدموا لنا أنفسهم أمثلة حلوة..

سأذكر لكم ثلاث قصص لتشجعنا على محبة الطهارة نحن أيضًا..

القصة الأولى

حدث أثناء اجتياح جيوش العرب لبيت المقدس أن هجم الجنود الغزاة على أحد أديرة العذارى بالمنطقة، وأمسكوا بعذراء راهبة جميلة، وقدموها هدية لقائد فرقتهم.. ولما أراد أن يصنع معها الخطية، قالت له: "تمهّل عليّ قليلاً لأن عندي سر لا أستطيع إفادتك به إلا وأنا عذراء" فقال لها: "وما هو..؟!" فأجابت: "هو زيت إذا دهن به الإنسان نفسه لايؤثر فيه السيف، ولا أي نوع من الأسلحة. وأنت محتاج إلى ذلك لأنك في كل وقت تخرج للحرب" فقال لها: "وكيف أتحقق من ذلك؟!" فأخذت الزيت وقالت له "ادهن رقبتك، واعطني السيف لأضربك به" فقال لها: "لا..، بل ادهني أنت رقبتك أولاً، وأنا أضرب بالسيف".. فأسرعت ببشاشة ودهنت رقبتها وقالت: "إضرب بكل قوتك"، فاستل سيفه وضرب رقبتها، فتدحرجت رأسها على الأرض..

وهكذا اختارت **عروس المسيح** أن تموت بالسيف، حتى لا تدنس بتوليتها... فحزن القائد جدًا، وبكى بكاءً عظيمًا إذ قتل مثل هذه الصورة الحسنة، وعرف أنها فعلت هذا لتفلت من فعل الدنس والخطية.

القصة الثانية

كانت هناك عذراء عفيفة هادئة تسكن منزلها، فحرك الشيطان قلب شاب بالشهوة من ناحيتها، فكان يتردد على بيتها كثيرًا، ويظل يحوم حول البيت... وكانت هي حزينة لذلك.

وفي أحد الأيام جاء إليها وطرق الباب.. وكانت هي جالسة تنسج، فلما علمت أنه هو الذي على الباب خرجت وبيدها مخرازها وفتحت له قائلة: "ما الذي يأتي بك إلى هنا..؟!" فقال لها: "هواكِ يا سيدتي". فقالت: "وما الذي تهواه فيّ؟". فقال لها: "عيناكِ.. عيناكِ فتنتاني.." فبسرعة أدخلَت مخرازها في إحدى عينيها، وقلعتها بصرامة، ورمتها له. وعندما همّت بقلع الأخرى؛ صرخ الشاب ومنعها من ذلك.. فدخلت بيتها وأغلقت بابها..

أُصيبَ الشاب بصدمة مذهلة، وندم على أفعاله.. وبدأ قلبه يتحرك بالتوبة، ثم خرج إلى البرية وصار راهبًا..!

القصة الثالثة

حدثت هذه القصة مع القديس **البابا متاؤس الأول** (المسكين)

البطريرك الـ٨٧، عندما كان في شبابه يرعى الغنم.. وجد فتاة تحدق فيه وتسير وراءه أينما تحرك، وكلما كان يهرب من المكان كانت تتبعه.. أخيرًا وقف لها وسألها لماذا تفعل هكذا..؟ وما الذي يعجبها فيه حتى تنظر إليه..؟ فقالت له: "إنها حواجبك الجميلة أيها الشاب".. فما كان منه إلا أن تناول من الأرض قطعة حجر وكشط بها حواجبه في جرأة مذهلة، فنزفت دماءً كثيرة.. ورماها لها قائلاً: "خذي شعر الحواجب الذي تريدينه".. فلما نظرته الفتاة فزعت من جرأته، وشدة تعلقه بالطهارة، وتركته وشأنه وهربت.

٣. الجهاد ضد السقوط حتى الدم:

إذا كانت الطهارة تساوي حياتنا الأبدية، فكما يقول لنا القديس مار اسحق:

> **خير لنا أن نموت في الجهاد، من أن نحيا في السقوط..!**

وتشجعنا الكلمات الإلهية لنستمر في جهادنا:

> "لم تقاوموا بعد حتى الدم مجاهدين ضد الخطية"
> (عب١٢: ٤)

"قاوموا إبليس فيهرب منكم" (يع ٤: ٧)
"لاتعطوا إبليس مكاناً" (أف ٤: ٢٧)

ولعل هذه القصة العجيبة تكشف لنا كيف يكون الجهاد حتى الدم...

قصة

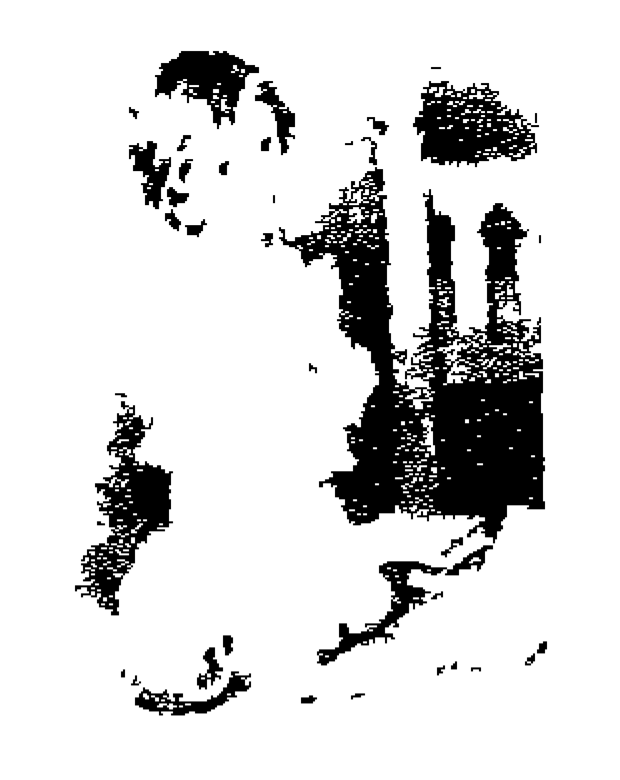
في عصور الاضطهاد الروماني، كان الولاة يتعجبون من قوة وصلابة إيمان المسيحيين، وكانوا مندهشين من سر هذه القوة؛ حتى بدأوا يدركون **أن هناك ارتباط بين قوة الإيمان وحياة الطهارة...** ومن هنا بدأوا يحاولون إغراء الشهداء بالخطية ليضعف إيمانهم، مثلما أغروا مارجرجس... وغيره كثيرين.

ومن بين هؤلاء شاب قوي رفض أن ينكر الإيمان، فربطوه في سرير بالحبال، ودفعوا إلى الحجرة إمرأة خليعة لتغريه وتسقطه في الخطية.. ولما لم يستطع الهرب، وجد أن العضو الوحيد الذي يستطيع أن يدافع به عن نفسه هو لسانه.. فقضمه بأسنانه، وبصقه مصحوبًا بنهر من الدماء في وجه هذه المرأة الشريرة. فارتعبت وفرت هاربة من الغرفة.

هكذا ضحّى هذا الشاب الطاهر بلسانه وبدمائه حتى يحتفظ بعفته وطهارته..!

✠ ✠ ✠

صلاة



يا يسوعي المحبوب..

يا عريس نفسي..

دعني أكرّس نفسي لك،

فأتذوق رحيق حبك، وعشرتك الحلوة..

ضمني للعذارى الحكيمات،

واكشف لي أسرارك الإلهية..

كي أحيا في شركة أمجادك إلى الأبد.

آمين.

الفصل السابع

الفيض الليلي

هو **ظاهرة طبيعية** تحدث للبنين عندما يدخلون في سِن البلوغ.. إذ يفيض منهم أحياناً السائل المنوي أثناء النوم.

ومن المهم أن نوضِّح أن **هذه الظاهرة ليست شرًا ولا نجاسةً في حد ذاتها**، بل هي إفراز طبيعي زائد [مثل العرق والبول..] يتخلَّص منه الجسم أثناء النوم..

ويعلمنا آباؤنا القديسين المستتيرين بالروح ألا ننزعج أبدًا من هذه الإفرازات فهي ليست خطية..

فنجد مثلاً معلمنا **القديس أثناسيوس** يتساءل:

> **ما هي الخطية والنجاسة التي توجَد في أي إفراز طبيعي؟!.. فإن كنا نؤمن كما تقول الكتب الإلهية أن الإنسان هو من عمل يدي الله، فكيف يمكن أن ينتج عمل دنس من قوة نقية؟!.. ولكننا حينما نرتكب الخطية، وهي أكثر الأشياء قذارةً، فعندئذ فقط نتدنَّس.**

والدسقولية (تعاليم الرسل) تعلِّمنا أن جميع أنواع الفيض لا تُعتبَر خطية أبدًا سواءً دم الحيض (الدورة الشهرية) عند النساء، أو فيض الحلم عند الرجال.

أما إذا كان الفيض مصحوبًا بحلم شرير، فهذه حرب من الشيطان ضدك يا صديقي.. **أرجو ألا تشعر بالذنب أبدًا، يكفي أنك من داخلك ترفض هذه الحرب القذرة وتطلب الطهارة من كل قلبك.. والله**

سيسحق الشيطان تحت أقدامك سريعًا.. فقط عليك بالمزامير القوية قبل النوم، وتقديس الفراش بالصلاة ورشم علامة الصليب، واسم يسوع على شفاهنا حتى نستغرق في النوم.

* إرشادات:

١) **إذا حدث الفيض نتيجة حلم شرير**، يجب أن تدرك **أنك لازلتَ جميلا جدا، ومحبوبا جدًا في عينيّ حبيبك يسوع**... مجرد القيام والاغتسال.. ثم وقفة الصلاة ورفع القلب للسماء مع ميطانيات هادئة بتوبة حقيقية، ينهي الموضوع، ويطرحه الله في بحار مغفرته.. وسيأتي الاعتراف والتناول **ونستمرّ في طريق الجهاد الذي هو طريق الأكاليل**.. والعبرة بعدم اليأس، واليقين التام أن يسوع يحبني.. وهو يعرف أيضا أني أحبه جدا..

> "ياسيد أنت تعلم كل شيء.. أنت تعلم أني أحبك" (يو ٢١)

٢) نُصرة الشيطان في الواقع ليست في مجرّد إسقاطي.. "**لأني إن سقطت أقوم**" (**ميخا ٧**) ولكن نصرته الحقيقية حين ينجح في إدخال اليأس والشعور بالذنب أكثر من اللازم إلى قلبي.. فأكون فريسة سهلة.. وأستسلم له كسمكة ميتة يحركها التيار كما يشاء..

لابد أن أفهم جيدًا أن علامة الحياة في السمكة أنها تقاوم التيار... أما لو ماتت فستحملها التيارات إلى الصخور، وتكون فريسة لحيوانات البحر.. لأنها ميتة ولا مقاومة ولا حياة فيها... **[وهذا الكلام يهمّ أيضا الفتيات اللاتي ينزلقنَ أحيانا وراء تيارات العاطفة، والكلمات الخادعة إلى بحر المجهول.. في مغامرات على الأقل تسيء إلى سمعتهن..!]**

٣) يمكن مراعاة الآتي:

١. كثرة الطعام، مع الكسل والتراخي، وكثرة النوم، عوامل يحدث في ظلها الفيض، وبضبطها يقل كثيرًا.

٢. العين المنضبطة والفكر المقدس أثناء النهار، يحفظان للإنسان ليله هادئًا طاهرًا..!

٣. من المفضل عدم شرب المياة كثيرًا قبل النوم لتجنب امتلاء المثانة البولية.

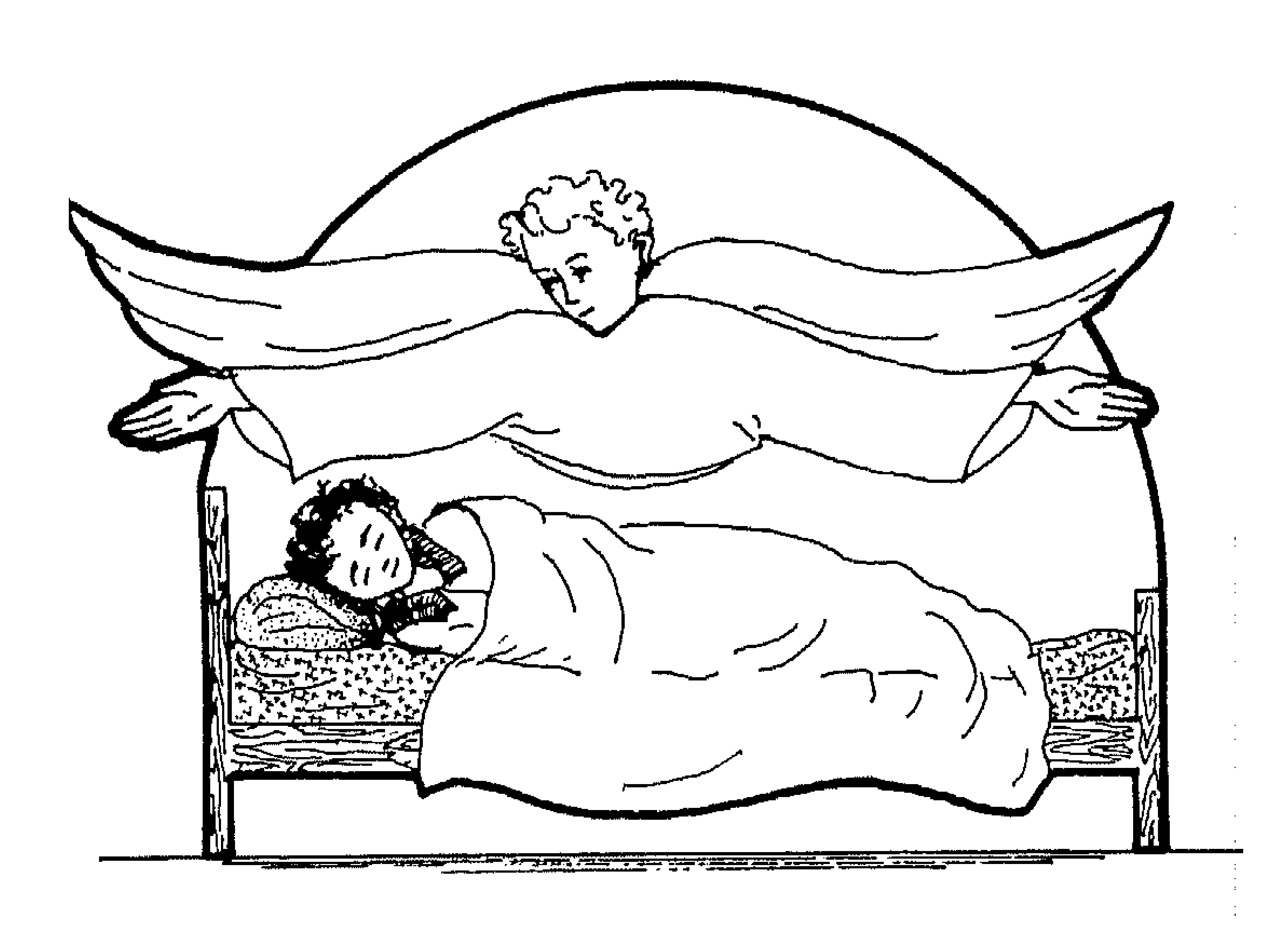
٤. لاتذهبْ إلى الفراش إلا وأنت متعب وستنام فعلاً، وعند استيقاظك قم من السرير مباشرةً ولا تعطي فرصة للكسل.

٥. تجنب الأطعمة الدسمة والحريفة والتوابل قبل النوم، فهي تهيج الأعصاب، وتزيد من فُرصة حدوث الفيض.

٦. إحـرص علـى الصـلاة قبل النـوم، حتـى تحيـط بـك الملائكــة، ويتقدس فراشك.

٧. صارح أب اعترافك بظروف الفيض، وخُذ منه إرشادًا.

✞ ✞ ✞



الفصل الثامن

الاحتشـــام

هذا الموضوع يخصّ الفتيات بالأكثر.. وإن كان يمسّ الفتيان أيضًا.

لو رجعنا بذاكرتنا إلى حادثة سقوط آدم وحواء في الخطية... نجد أن من نتائج الخطية أنها أحسّا لأول مرة بأنها عريانان... وخجلا من ذلك جدًا، حتى أنها حاولا أن يستترا بأوراق التين التي في الواقع لم تسترهما بشكل سليم... ولكن الله من محبته صنع لهما أقمصة من جلد **ليسترهما تمامًا ويحفظ لهما كرامتهما**.. ومن هنا نفهم أن **العُري فضيحة وخزي وعار، والملابس تحفظ للإنسان كرامته، وتضفي عليه جمالاً ووقارًا..**

وعلى الصليب عُلِّق المسيح عاريًا ليحمل عنا عارنا وفضيحتنا، ويعطينا أن نكتسي ببرّه وثوب طهارته... فنعيش في نقاوة وكرامة.

هو أخذ الذي لنا   وأعطانا الذي له

نسبّحه ونمجّده   ونزيده علوًّا

[ثيؤطوكية الجمعة]

وصار أولاد وبنات المسيح يحبون الاحتشام في كل شيء.. في نظراتهم وفي ملابسهم وفي حركتهم... لأنهم فهموا أن **المسيح بصلبه أخذ عنهم عارهم ليعطيهم من كرامته** التي لايتنازلون عنها أبدًا.

أصبحت الخلاعة مكروهة عندهم جدًا.. لقد أدركوا أن مَن يعرّي نفسه، يهين نفسه، ويهين ويعرّي المسيح أيضًا مرة أخرى..!

فتاتي العزيزة... قيمتك ليست في إبراز جمالك الجسدي، وللأسف نحن نرى الآن الكثيرات يتفنّنّ في ذلك؛ بالملابس القصيرة الضيقة والمساحيق والأصباغ و.... إلخ.

+ لا تجعلي نفسك رخيصة في أعين الآخرين.

+ قيمتك العظمى في عفّتك وهدوء سرّك..

+ قيمتك الحقيقية في داخل شخصيتك، وليست في شكلك الخارجي... في تفكيرك واحترامك لنفسك وقدرتك على إنجاز أعمالك بنجاح.

الحشمة تعطي الإنسان كرامة

مثال:

لعلك تلاحظين أن المذبح دائمًا **يكون مكسيًّا بالستور**، ولن تجديه في يومٍ عريانًا... **هل تعلمين أنك أنتِ أيضًا مذبح طاهر لله.. وكلما سترتِ أعضاءكِ(*)؛ كلما زادت كرامتك..!**

وأنت يا أخي العزيز.. لعلك بدأت تفهم أن فَتح القميص من الأمام، والسلاسل الكثيرة المعلَّقة في الصدر، والبنطلون الضيق، وقصّ الشعر بطريقة معينة... هذه وغيرها.. كلها أعمال غير وقورة، تقلل من رجولتك ولاتزيدها..!

✞ ✞ ✞

(*) ليس المقصود طبعًا أن تلبس الفتاة حجابًا أو نقابًا.



أخيرًا.. لنضع أمامنا هذه الأمثلة الحيّة التي حدثت في عصور الاستشهاد ومايزال تأثيرها فعّالاً إلى يومنا هذا..

القديسة بوتامينا

هذه الشهيدة العذراء العفيفة التي قدّمت نفسها للاستشهاد بجرأة وحبّ للذي فداها وأحبّها... وبعد سلسلة من العذابات، جاء حكم الموت بصبّ الزيت المغلي على جسدها ليحرقها.. أما هي **فكان كل ما يشغلها ألاّ تتعرّى أمام أحد.** فطلبَت ألاّ تخلع ثيابها بل يضعون الزيت المغلي في برميل، وهي تنزل فيه رويدًا رويدًا بنفسها دون أن تكشف ملابسها.. وكانت هذه الطريقة أصعب وأكثر ألمًا لها، ولكنها فضّلت هذا الأسلوب القاسي عليها حتى تحتفظ بعفّتها وحشمتها ولا تُعثر أحدًا... غرق جسدها في الزيت المغلي، أما روحها فانطلقت إلى السماء مكللةً بأكاليل البتولية والعفة.

القديسة بربيتوا

كانت فتاة عفيفة متزوّجة، وقُدّمَت للاستشهاد في قرطاجنة، وكانوا أثناء مرحلة تعذيبها يضغطون عليها بإيذاء طفلها الصغير أمامها،

حبّها الهائل ليسوع إلهها كان أعظم من أيّ حُب عاطفي جسدي، فظلّت صامدة أمام كل الضغوط... وأخيرًا حُكِمَ عليها بالموت بواسطة الوحوش المفترسة أمام حشد كبير من أهل المدينة...

وفي ساحة الاستشهاد ركعت تصلّي في منظر مؤثّر، وعندئذ تقدّم إليها ثور هائج، وضربها بقرنيه فطرحها على الأرض وأصابها إصابات بالغة.. أما هي فلم تهتمّ بجراحاتها، بل أخذَت تلملم أطراف ثوبها المُمزّق لتستر جسدها.. حتى هاجمها الثور مرّة ثانية وثالثة وأجهز عليها...

وكان منظرها وهي تهتمّ بمحاولة تغطية جسدها بثوبها الممزّق، وهي طريحة تصارع الموت؛ مثار حديث كل من شاهد هذه الحادثة المروّعة.. فكانت هذه الشهيدة الطاهرة **أبلغ عظة عن العِفة المسيحية** أمام أهل المدينة، وأمام كل البشرية على مرّ العصور.

✞ ✞ ✞

صلاة



ربي وحبيبي يسوع..

أخذتَ عاري وأعطيتني كرامتك،

وسترتني بنعمتك..

أشكر محبّتك وحنوّك عليّ،

دعني أقبّل قدميك اللتين أعتقتاني من طريق الضلالة،

وأقدِّم لك طيبًا فائقًا.

وأقتني لي عمرًا نقيًا بالتوبة..

طهِّرني وقدِّس حياتي..

آمين.

الفصل التاسع

العادة الرديئة

وهي ما يسميها البعض بـ "**العادة السرية**"..

هي زنا فردي...

بالنسبة للبنين ⇦ إثارة الأعضاء ليفيض منها السائل المنوي إراديًا، في غير أوقات النوم.

بالنسبة للبنات ⇦ إثارة الأعضاء للوصول إلى لذة جنسية معينة.

** والإثارة قد تأتي:

من الخارج ⇦ عن طريق الحواس؛ وبالأكثر حاسة النظر والسمع واللمس.

أو **من الداخل** ⇦ استجابة لفكر دنس، أو شهوة قلبية نجسة..

الفكر ⇦ المشاعر ⇦ الأعصاب ⇦ الأعضاء الجسدية ⇦ التنفيذ الفعلي.

☆ خطورتها على الحياة الروحية:

١. **تزيد فيّ الشعور بالعزلة، والأنانية** (إذ أنـي آخذ لذّتـي مـن نفسي، وليس من خلال بذل نفسي للآخـر).. والأنانيـة تعطّـل النمـو النفسي..

٢. **تولّد فيّ الخوف، والشعور بالذنب، والاكتئاب.**

٣. **هي تدنيس لهيكل الله** في الداخل، وهو ليس ملكًا لي.. فهذه الجريمة هي إفساد لقُدس أقداس الإنسان.!!

٤. يدّ الإنسـان يـدّ خلاقـة للخيـر، خلقهـا اللـه لتبـاعد الإنسـان، وتكون سـبب بركـة لـه، لاسـبب لعنـة.. واسـتخدامها لعمـل الخطيـة معناه أن الشيطان سيطر على هذه اليدّ المباركة ليدمر بها حياتي.. فكيف أقبل هذا؟!!

٥. **الإفراط فيها مضر بالصحة الجسدية جدًا**، إذ تسـتهلك طاقـة الإنسان بدرجة بشعة.. **يكفي أن نعرف أن المجهود والطاقة اللـذان يستخدمهما الجسم في تكوين ١سم٣ من السائل المنوي يعـادل مـا يبذله الجسم لتصنيع ١٥ سم٣ من الـدم، لذلـك فـإهدار ١سـم٣ مـن السائل المنوي خارج الجسم يساوي نزيف ١٥سم٣ من الدم..!!**

٦. **هي خطية ضد الجسد، وضد كرامتـه**، التـي وهبهـا لـه اللـه



(اكو٦:١٨).. **فمن يمارسها يهين نفسه بها.**

٧. **هي كسر سافر للوصية "لاتزنِ"** أي لاتستعمل غريزتك في غير وضعها السليم..! ولا توجهها في غير اتجاهها الطبيعي..!

٨. **أعضائي هي أعضاء المسيح.. فكيف أخدم بها الخطية؟!!**

> "أفآخذ أعضاء المسيح وأجعلها أعضاء زانية..؟.. حاشا" (١كو٦:١٥).

☆ أسباب السقوط:

١. **الفراغ العاطفي**، وعدم الشبع بالمسيح.

٢. **الغرور والكبرياء**.. فتتخلى عنا النعمة الإلهية، فنسقط.

٣. **الترف والتمتع بملذات الحياة**.. لذلك فمطلوب التمسك بضبط النفس في كل شيء.

٤. **الاستسلام لأفكار إبليس** الذي ينحرف بغريزتي لنجاسة العالم.

☆ خطورة الشهوة بوجه عام:

١. **تربط الإنسان بالأرض والتراب**، فتنحرف به عن الله مصدر حياته.

٢. **الشهوة لا تَشبَع ولاتُشبِع**.. فهي لا تَشبَع ولا تقف عند حدود،

بل تظل تبحث عن المزيد.. "العين لا تشبع من النظر، والأذن لاتمتلئ من السمع.." (جا١:٨).. وأيضًا هي لاتشبع القلب ولاترويه، لأنها (الشهوة) تتعامل مع الحواس الخارجية فقط، ويظل القلب فارغًا ينتظر الكائن الوحيد الذي يستطيع أن يملأه وهو روح الله.

٣. **الشهوة تعمي الإنسان**.. فيتصرف تارةً كالمجانين، وتارة أخرى كالحيوانات..!

٤. **الشهوة تنحدر بالإنسان**، ليصير منقادًا بأدنى ما فيه، وهي الغريزة، بدون مشاركة للعاطفة أو العقل أو الروح.

* الوقاية والعلاج:

١. **كراهية** هذا العمل جدًا، لأنه سيحرمني من الملكوت.. "القداسة بدونها لن يرى أحد الرب" (عب١٢:١٤)

٢. الثقة أنني **يمكن أن أتحكم في نفسي** كإنسان، بواسطة المراكز العليا بالمخ(*) **The higher centres in the Cerebral**

(*) بالطبع يصير من غير المعقول أن أسمح للمثيرات (مناظر- أفلام- صور- أجواء فاسدة...) أن تؤثر على مشاعري وأعصابي، وفي نفس الوقت أحاول ضبط نفسي.. هذا يؤدي إلى صراع داخلي.. الأذكياء والأطهار لايسمحون لأنفسهم بالوقوع في مثل هذا الموقف من أساسه، إذ يتحاشون أسباب الإثارة من جذورها.

Cortex ، ولايمكن أن يحدث شيء خارجًا عن إرادتي..!

٣. **حفظ الحواس** من الخارج، واستئصال حب الخطية من الداخل بالتوبة الصادقة.

٤. **الاعتراف** مهم جدًا، من أجل فضح شيطان الشهوة.

٥. **الهروب من الفراغ**، والشبع بالمسيح.

٦. **الحذر من اليأس** مهما ضعُفت..

قصة

قيل عن شاب كان يسكن بمفرده ويجاهد من أجل الطهارة، أنه من شدة القتال كان يسقط في الزنا مرارًا كثيرة. فاستمر يجاهد بصبر. وكان يكمل قانون عبادته بحرص ويقول في صلاته يارب أنت ترى شدة حالي، وشدة حزني، فانتشلني يارب، لأني مثل الطين أشتاق وأحب الخطية، ولكن أنت الإله الجبار إجعلني أكف عن هذه النجاسة. لأنك إن كنت ترحم القديسين فقط فليس هذا بعجيب، وإن كنت تخلص الأطهار فقط فما الحاجة، لأن أولئك مستحقون.. ولكن إرحمني أنا غير المستحق ياسيدي، لأني إليك أسلمت نفسي.. وكان

يكرر هذه الطلبات كل يوم سواء أخطأ أو لم يخطئ. فلما كان ذات يوم وهو مستمر في هذه الصلاة أن الشيطان ضَجَر من حُسن رجائه، فظهر له وجهًا لوجه وهو يرتل بمزاميره وقال له: "أما تخزى أن تقف بين يديّ الله وأنت بهذه الحالة، وتنطق اسمه بفمك النجس؟!" فقال له الشاب: "ألست أنت تضرب مرزبة.. فأنا أيضًا أضرب مرزبة..! أنت توقعني في الخطية، وأنا أطلب من الله الرحوم أن يتحنن عليّ. فأنا سوف أستمر على هذا الصراع حتى يدركني الموت، ولن أقطع رجائي من إلهي، وسننظر من الذي يغلب، أنت أم رحمة الله..!!"

فلما سمع الشيطان كلامه قال: "مِن الآن لا أعود إلى قتالك لئلا تأخذ تسببي أكاليل نتيجة رجائك في إلهك". وتنحّى عنه الشيطان منذ ذلك اليوم.!

٧. **مناجاة إسم يسوع** (الصلاة السهمية المستمرة) قوة جبارة لاتُقهر..

كل مَن يقول يا ربي يسوع
كمَن بيده سيف يصرع العدو

[إبصالية الإثنين]

٨. **فكر الإتضاع**، والتذلل أمام الله، والمطانيات حتى ترفع الحرب ويمتلئ القلب والفكر بالسلام والنقاوة.

٩. **المحبة النقيـة الباذلـة لكـل مـن حولـي**، والبعد عـن الأنانيـة، والخروج من دائرة الذات والكبرياء والكرامة الشخصية.. بالإهتمـام بالآخرين، والخدمة.

١٠. **حفظ الفكر**.. إذ أنه هو المدخل.. لأن **الشهوة إذا حبلت تلـد خطية، والخطية إذا كملت تنتج موتًا** (**راجع يعقوب١**) فالوقايـة خـير من العلاج، واستئصال الخطية في بدايتها أسهل بكثير من انتزاعها بعد أن تكون قد مدت بعض الجذور في القلب والفكر..

١١. **التشفُّع بالقديسين الأطهار:**

- **العذراء أم النور** ملكة الأطهار، البتول، النقية، الحنونة، الشفيعة الأمينة لجنس البشر. التي قدمت شعبًا كثيرا للـه علـى مرّ العصور بواسطة طهارتهـا.. فكل مـن يتعلق بهـا، تُعلّمـه الطهـارة وتعينه وتقويه حتى ينتصر.

- **مارجرجس الطاهر..**

- **بوتامينا العفيفة..**



- كثير من القديسين والقديسات..

وهنا نذكر قصة لطيفة تبيّن لنا قيمة التشفع بقديسي الطهارة، في مواجهة حروب الشهوات:

قصة

حدث أن جُرب أحد الإخوة بقتال الزنا فذهب إلى القديس الأنبا دانيال، وكشف له أمره. فقال له الأنبا دانيال: يا إبني إذهب إلى الدير الذي دُفنت فيه القديسة توماييس(*)، ثم اجعل مبيتك ومقامك فوق مدفن الآباء هناك وصلى قائلاً: "**يا إله توماييس العفيفة أعني ونجيني من محنة الزنا**". وإني أؤمن أنك ستخلص من هذه المحنة.

فقام الأخ ومضى إلى الدير الذي دُفنت فيه القديسة، وفعل كما أوصاه الشيخ. وبعد قليل هدأت نفسه وبطلت التجربة عنه، فعاد إلى القديس أنبا دانيال وقال: "يا أبي إني عُتقت بقوة الرب يسوع المسيح"، فسأله أنبا دانيال: كيف تم ذلك؟" فقال له: "إني كنت مداوما

(*) توماييس شابة قديسة ماتت وهي تدافع عن طهارتها.

على الانسحاق والصلاة إلى الله وعمل المطانيات، وبعد أن نمت ظهرت لي القديسة وقالت لي: "خذ هذه البركة وامض بسلام" فلما أخذت البركة خف القتال وأيقنت أني تحررت منه.."

فقال له أنبا دانيال: "**كل من جاهد من أجل العفة، يكون له عند الله دالة عظيمة..**"

١٢. **الوقت الذي يسبق النوم** يجب أن أقضيه في صلاة وتسبيح، وأنام ويكون اسم يسوع على شفتيّ حتى لا أعطي الشيطان فرصة لإثارتي بالأفكار أو المناظر الخليعة.

✞ ✞ ✞

الفصل العاشر

الجنـــس الآخـــر

هناك مشكلة تقابل الفتى والفتاة في بدايـة مرحلـة المراهقـة، وهـي أنه **يحس بميل خفي نحو الجنس الآخر**.. يودّ أن يقترب منه، ويود أن يتعرّف عليه... لكنه يريد أيضًا أن يحتفـظ بنقـاوة قلبـه، ويخشـى أن تؤدي معرفته بالجنس الآخر إلى تعكير طهارته.. **فماذا يفعل**؟!

الحقيقة أن **التعـرّف علـى الجنس الآخر شـيء ضروري للحيـاة الناجحة**... ولكن **كيف**؟!!

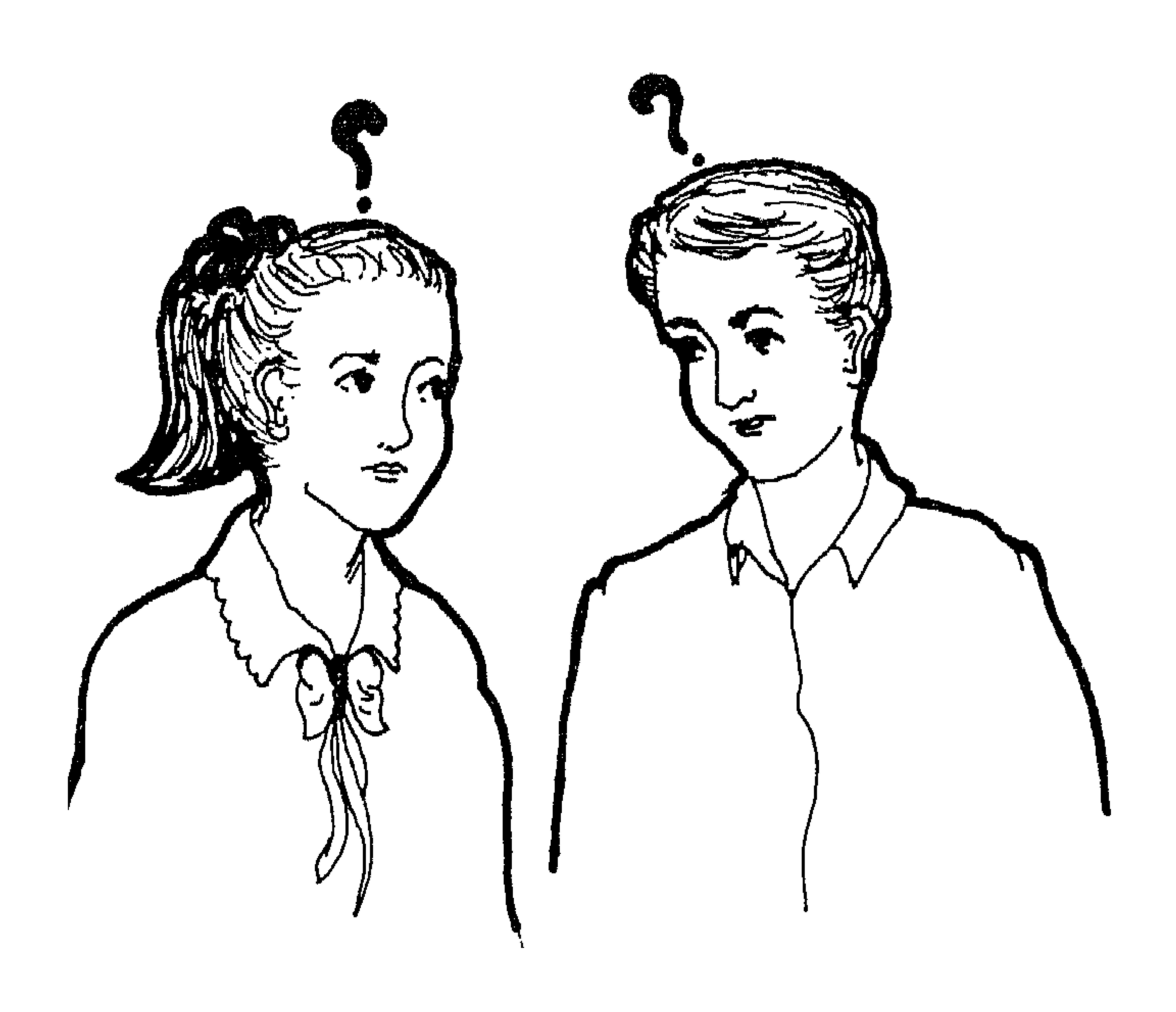
هذا هو السؤال المهم..!

اخوتي الأحباء... أرى أننا **نحتاج إلى ثلاثة** أمور:

فهم جيد للجنس الآخر - **نظرة نقية** للجنس الآخر - **تعامل سوي** مع الجنس الآخر.

١- فهم جيّد للجنس الآخر:

لابـد أن يفهـم الولـد طبيعـة البنـت، والبنـت طبيعـة الولـد، حتـى



يستطيعا أن يتكيّفا مع بعضهما أثناء التعامل في كافّة الميادين، وبالأكثر حتى يستطيعا فيما بعد أن يعيشا حياة زوجية ناجحة...

وفي محاولة متواضعة، أحاول ذكر بعض الصفات البسيطة التي تميّز طبيعة كل جنس على حدة:

طبيعة الولد	طبيعة البنت
١- يميل إلى استخدام قواه البدنية والعضلية.	١- تميل إلى الرقة والهدوء.
٢- لايهمه صورته الخارجية كثيرا.	٢- تهمها كثيرا صورتها الخارجية، وأن يمدحها الناس على ذلك.
٣- يريد إنهاء أي عمل بسرعة.	٣- تحتاج تمهيدا لكل عمل، وتنزعج إذا صدر لها أوامر سريعة.
٤- العقل غالبا ما يأخذ مكانه قبل العاطفة.. التي قد يحتقرها، ويعتبرها ضعفا.	٤- العاطفة غالبا ماتكون هي المدخل لشخصيتها قبل العقل.
٥- يقل عنده الصبر، وخاصة في الأمور الصغيرة.	٥- تتميز بالصبر بوجه عام.
٦-كلمات التقدير والتشجيع ترفع من روحه المعنوية وتسنده إلي حد ما.. ولكنه يستطيع أن يعمل بدونها.	٦- كلمات التقدير والتشجيع هي أساسية جدًا جدًا لكي تستمر في العمل والابتكار...

٧-المناظر الخليعة تثير غريزته بشكل مباشر.. بل وقد تشوّه نظرته للفتيات بوجه عام.	٧- الصور الخليعة لا تثيرها بوجه عام، وإنما تثيرها بعض الكلمات أو اللمسات.
٨- يحب أن يحصل على القيادة، ويحب في المرأة خضوعها له، وهدوءها ومسكنتها... ويكره المرأة العنيفة أو المتسلطة.	٨- لا تميل إلى القيادة، وتحب في الرجل أن يقف بجانبها، ويقودها بغير تسلّط ولا خشونة أوعنف، بل برزانة، وتفاهم وقوة ومحبة.
٩- الغريزة هي أول ما يثَار عند الولد ،وهي أول ما يتبادر إلى ذهنه أن يستعمله. أما العاطفة فهي تتكون بمرور الوقت.	٩- العاطفة هي أول ما يثار عند البنت، أما غريزتها فهي تفكر فيها في مرحلة متأخرة جدًا عن الولد، لذلك فهي لا تطلبها في البداية.
١٠- لا يهمه كثيرًا النظام والترتيب واللمسات الجمالية.	١٠- يهمها الترتيب واللمسات الجمالية كثيرًا.
١١- لا يحب أن تقوده فتاة، ولكن إذا استراح لها فهو يطلب مشورتها، ويسمع لها.	١١- يهمها في البداية أن تثق في الفتى، وبعدها تستطيع أن تسير معه بأمان.
١٢- النضوج الجسمي والعاطفي يحدث متأخرًا بعض الشيء عن البنت.	١٢- النضوج الجسمي والعاطفي يحدث مبكرًا عن الولد بحوالي سنتين.
١٣- يرتاح للفتاة الرقيقة، أما الفتاة الخليعة فقد يشتهيها، ولكن لا يقبل فيما بعد أن تكون هي شريكة حياته.	١٣- لا تستريح للتعامل الجاف، وتفضل دائمًا اللطف في التعامل.

١٤- أكثر جرأة وأقل خجلا في كثير من المواقف. ١٥- يميل للأمور العملية أكثر من الخيال.	١٤- هي أكثر خجلا وأقل جرأة.. ولكن خجلها في حدود المعقول هو شيء محبوب ولطيف. ١٥- تميل للخيال أكثر من الولد.

والآن.. إذا استطاع كل منا أن يفهم طبيعة الجنس الآخر لأمكننا أن نحتمل بعضنا بعضًا، ونعذر بعضنا إذا صدر أيَ أمر يخالف طبيعة جنسنا.. وهذا سيُكسبنا مهارة هامة في التعامل تساعدنا فيما بعد في الحياة الزوجية.. إذ أن **مشاكل كثيرة تنشأ في الحياة الزوجية**، نراها الآن، سببها الأساسي عدم **فهمنا للجنس الآخر**، والإحساس بما يحس به..

عندما تفهم طبيعة من تتعامل معه ⇦
⇦ وتتنازل لتحسَ بإحساساته ⇦
⇦ ستصل حتمًا إلى شركة علاقات ناجحة معه!

٢- نظرة نقية للجنس الآخر:

في مرحلة المراهقة، يزداد الميل نحو الجنس الآخر لنستكشفه بعيوننا، ومن خلال أحاديثنا معه...

الميل نحو الجنس الآخر هو ميل طبيعي نقي من الله، ولكن **الخطورة** أن تتجه عيوننا **بنظرات استكشافية خاطئة**، أو نتصل بالجنس الآخر عن طريق **أحاديث عابثة غير هادفة**.. في الأغلب **تنحدر بهذا الميل الطبيعي إلى دائرة الجسد والشهوات القبيحة**، أو على الأقل يتلوث الفكر والحواس بأمور الجسد.. وينسى الإنسان أنه أمام شخص له كرامته، بل كأنه أمام لعبة يتلهى ويتسلى بها..

النظرة النقية نحو الجنس الآخر هى أن أنظر كفتى للفتاة

- كشخصية محترمة لها كرامتها.
- كشريكة ليّ في الإنسانية، وعلى نفس مستوايَ، وليس أقل..
- أنا أحتاجها، وهي تحتاجني.. وكلنا سنكمل بعضنا بعضًا.
- هي ليست مجرد جسد أشتهيه، بل لها فكر وتطلُعات.. لها وزنها كشخصية لا تقل عني في شيء..
- هي أختي ولا أقبل إيذاءها أو جرح مشاعرها.
- أحترمها وأقدرها مهما كانت هي تهمل في حق نفسها.

- كما أني كمسيحي أؤمن أنها هيكل لله، مثلي تمامًا، وجسدها هو أعضاء المسيح، فكيف أنظر لأعضاء المسيح نظرة شريرة.. **بالتأكيد البنات اللاتي يرتدين الملابس الخليعة لا يدرين أنهن يعرين جسد المسيح**... ولكن مهما حدث من أختي الفتاة، فلن أغير نظرتي لها، فهي ليست شيطانًا، بل عظم من عظمي، ولحم من لحمي (تك ٢: ٢٣).

وهكذا كفتاة انظر للفتى، بنفس النظرة ودائما اعتبره:

- أنه أخي.. الذي أحتاجه..
- هو إنسان وليس ذئبًا أو شيطانًا..
- إن كان هناك المستهتر (الشقي) فهناك أيضًا الطاهر البشوش اللطيف.
- إن كان هناك الفتى المشاغب، فيمكن بالرقة واللطف وطول الأناة ليس فقط التعامل بنجاح معه؛ وإنما الله يستطيع تغييره تمامًا ليصبح وديعًا رقيقًا هادئا..

النظرة النقية السليمة للجنس الآخر هي عامل أساسي من عوامل نجاح الحياة العملية.. وهي أيضًا من أساسات تكوين الشخصية السليمة..

> "إن كانت عينك بسيطة (نظرتك نقية) فجسدك كله يكون نيرًا، وإن كانت عينك شريرة فجسدك كله يكون مظلمًا." (راجع لو ١١: ٣٤)

٣- تعامل سوي مع الجنس الآخر:

التعامل مع الجنس الآخر فن هام وضروري للحياة، والمفروض ان نبدأ في اكتسابه تدريجيًا منذ بداية مرحلة المراهقة في ظل المبادئ التي شرحناها... مع مراعاة أن علماء التربية يفضلون عدم المخاطرة بتكوين مجتمعات مختلطة بلا حدود في سن الإعدادي والثانوي، حيث لا تكون القوى الروحية والذهنية التي تقود العاطفة والغريزة في الإنسان قد نضجت بالقدر الكافي بعد.. لذلك تحدث أخطاء كثيرة إذا كان هناك اختلاط عام في مثل هذه السن. أما بعد ذلك في مرحلة النضج؛ فالاختلاط - الذي يجب أن يكون له حدوده أيضًا - هو مناخ صحي للحياة.

وهنا نلخص أربعة إرشادات للتعامل السوي مع الجنس الآخر:

(١) **المحبة والاحترام للجميع بدون تخصيص**، فالتخصيص يكون فيما بعد في الزواج فقط.. أما تكوين الثنائيات في سن مبكر

عن الزواج، أو خارج إطار الاستعداد للزواج، فهو لعب بالنار، وإهدار لسمعة البنت قبل الولد!.

(٢) **وضوح الهدف في التعامل**... فيجب أن تكون العلاقة هادفة، وليست عابثة. ليس لمجرد الاستلطاف فقط، الذي يجلب الأفكار ثم يؤدي إلى السقوط.. بل تعامل له هدف محدد (في الدراسة – في الكنيسة – في الخدمة... إلخ) وينتهي التعامل بانتهاء الموضوع.

وهنا يمكن القول أن:

[المجتمع المختلط هو مجتمع عمل، وليس مجتمع صداقات]

هذه حقيقية اجتماعية تربوية.

(٣) **أن يكون التعامل في النور**، وليس في الخفاء.. حتى لا نعطي الشيطلن فرصة لاستغلال الموقف.

(٤) **أراعي كولد** أن أتعامل برقة ولطف مع البنت. أحترمها وأعطيها كرامتها، ولا أجرحها بكلمة عنيفة، وأصبر محاولاً تفهم موقفها. وأضبط دائمًا عيناي في التطلع إليها، حتى لا تتحرك غرائزي في اتجاه الفكر الخاطئ.

(٥) **أراعي كبنت** أن أتعامل بجدية مع الولد. بكل احترام. وأراعي الحشمة الكاملة في الملابس والتحرك وطريقة الكلام أمامه،

حتى لا أعثره. وأحتمل بصبر سرعته وانفعالاته. ولا أتعالى عليه أو أهزأ برأيه. وأضبط عواطفي تجاهه، وأكون متعقلة معه، أفكر جيدًا قبل الكلام أو التصرف.

✝ ✝ ✝



ملاحق الكتاب

(١) باقة من آيات الكتاب المقدس
تنير لنا طريق الطهارة

+ احفظ نفسك طاهرًا. [١تيمو ٥: ٢٢]

+ سراج الجسد هو العين. فمتى كانت عينك بسيطة فجسدك كله يكون نيرًا. ومتى كانت شريرة فجسدك يكون مُظلمًا. [لو ١١: ٣٤]

+ أما أنا فأقول لكم أن كل من نظر إلى إمرأة ليشتهيها فقد زنى بها في قلبه. فإن كانت عينك اليمنى تعثرك فاقلعها والقها عنك، لأنه خيرٌ لك أن يهلك أحد أعضائك، ولايُلقى جسدك كله في جهنم. [مت٥: ٢٨-٢٩]

+ العين لا تشبع من النظر، والأذن لا تمتلئ من السمع. [جا١: ٨]

+عهدًا قطعت لعيني فكيف أتطلّع في عذراء. [أي٣١: ١]

+ الحُسن غش والجمال باطل. أما المرأة المتقية الرب فهي تُمدَح. [أم٣١: ٣٠]

+ لا تتفرّس في العذراء لئلا تُعثِرك محاسنها. [بن سيراخ٩: ٥]

+ لا تسرح ببصرك في أزقة المدينة ولا تتجوّل في أخليتها. إصرف طرفك عن المرأة الجميلة ولا تتفرّس في حُسن الغريبة. فإنّ حُسن المرأة أغوى كثيرين. وبه يلتهب العِشق كالنار [بن سيراخ ٩:٧-٩]

+ لا تنقلب مع كل ريح، ولا تسِير في كل طريق. فإنه كذلك يفعل الخاطئ.. [يشوع بن سيراخ ٥:١١]

+ اجعل عِشرتك مع العقلاء، وكل حديثك في شريعة العلي. [يشوع بن سيراخ٩:٢٣]

+ من يحفظ فمه ولسانه، يحفظ من الضيقات نفسه. [أم٢١:٢٣]

+ أما الشهوات الشبابية فاهرب منها، واتبع البر والإيمان والمحبة والسلام مع الذين يدعون الربّ من قلب نقي. (٢تيمو٢:٢٢)

+ فإن طهّر أحدٌ نفسه من هذه؛ يكون إناءً للكرامة مقدّسًا نافعًا للسيد مستعدًا لكل عمل صالح. (٢تيمو٢:٢١)

+ النساء يزيّنّ ذواتهن بلباس الحشمة، مع ورع وتعقّل لا بضفائر أو ذهب أو لآلئ أو ملابس كثيرة الثمن.. [١تيمو٢:٩]

+ ملاحظين سيرتكن الطاهرة بخوف. ولاتكن زينتكمّ الزينة الخارجية

من ضفر الشعر والتحلّي بالذهب ولبس الثياب، بل إنسان القلب الخفي في (الروح) العديمة الفساد، زينة الروح الوديع الهادئ الذي هو قدّام الله كثير الثمن. [١بط٣:٢-٤]

+ كل من يجاهد يضبط نفسه في كل شيء. [١كو٩:٢٥]

+ لابد أن تأتي العثرات، ولكن ويل لذلك الإنسان الذي به تأتي العثرة..! [٧:١٨]

+ الجسد ليس للزنا بل للرب، والرب للجسد. [١كو٦:١٣]

+ اهربوا من الزّنا. كل خطية يفعلها الإنسان هي خارجة عن الجسد. لكن الذي يزني يخطئ إلى جسده. [١كو٦:١٨]

+ إن عشتم حسب الجسد فستموتون. ولكن إن كنتم بالروح تُميتون أعمال الجسد فستحيون. [رو٨:١٣]

+ اسلكوا بالروح، فلاتكملوا شهوة الجسد. [غل٥:١٦]

+ الذين هم للمسيح قد صلبوا الجسد مع الأهواء والشهوات [غل٥:٢٤]

+ الذكي يبصر الشر فيتوارى، والحمقى يعبرون فيُعاقبون. [أم٢١:٣]

+ أنتم الآن أنقياء لسبب الكلام الذي كلمتكم به. [يو١٥:٣]

تدريب

استخرج الشواهد التالية بالترتيب من كتابك المقدس... ستحصل على رسالة شخصية تشجّعك على حياة الطهارة..

اكتبها في المساحة البيضاء الموجودة أمامك..

غل١: ٣-٤، مت٥: ٨، أف٥: ٣-٤، في٢: ١٥، ١تسا٤: ٣-٥، لو١١: ٣٤، ٢تيمو٢: ٢١، ١كو٦: ١٨، غل٥: ٢٤، ١كو٦: ١٣، ١كو٦: ١٥، رو٦: ٣، عب١٢: ١٤، غل٥: ١٦، رو٨: ٦، ١تسا٥: ٢٣، ١كو١٦: ٢٣-٢٤.

(٢) آيات مختارة من المزامير للحفظ

(من صلوات الأجبية)

تستطيع الصلاة بها في أي وقت، وتُستخدم أيضًا كسلاح مضاد لحروب النجاسة

+ احفظني يارب فإني عليك توكلت.

+ تقدّمت فرأيت الرب أمامي في كل حين، لأنه عن يميني لكي لاأتزعزع.

+ عيناي تنظران إلى الرب في كل حين، لأنه يجتذب من الفخ رجلي.

+ إحفظ نفسي ونجّني. لاأخزى لأني عليك توكلت.

+ اللهم التفت إلى معونتي يارب أسرع وأعني.

+ أنت معيني ومخلّصي يارب فلا تبطئ.

+ معونتي من عند الرب الذي صنع السماء والأرض.

+ الـرب لايـترك عصــا الخطــاة تسـتقر علــى نصيـب الصديقين.

+ من الأعماق صرخت إليك يارب. يارب استمع صوتي.

+ ضع يارب حافظاً لفمي وبابًا حصيناً لشفتيّ.

+ خلّصني يارب، فإن البار قد فنى.

+ يارب: لك أنا فخلّصني، يارب لأني لوصاياك طلبت.

+ نفسي في يديك كل حين، وناموسك لم أنس.

+ خير لي أنك أذللتني حتى أتعلم حقوقك.

+ أعني فأخلص، وأدرس في وصاياك كل حين.

+ قوّم خطواتي كقولك، ولا يتسلّط علي أي إثم.



(٣) باقة من أقوال الآباء عن العفة

وهي خلاصة اختبارتهم وجهادهم من أجل حياة الطهارة

+ إياك والنجاسة، فهي تفصل الإنسان عن الله.

+ احرص على طهارة جسدك، وسلامة قلبك.

﴿ مار افرآم السرياني ﴾

+ إذا حَسُنَ لك الزنى؛ اقتله بالتواضع، والجأ بنفسك إلى الله فتستريح. وإذا حوُربت بجمال الجسد فتذكّر نتانته بعد الموت فإنك تستريح.

﴿ الأنبا موسى الأسود ﴾

+ ابتعد عن نظر وسماع مالايفي، فتتخلّص من فعل مالا يفيد.

﴿ القديس باسيليوس ﴾

+ اضبط عينيك لئلا تنظر الأرضيات، وتصير غريبًا من السمائيات.

﴿ أحد الآباء الشيوخ ﴾

+ إذا نظرت إنسانًا متواضع القلب طاهرًا، فعن أفضل من هذا المنظر لا تبحث!

+ إذا أحببت الأطهار، فإنهم يكونـون لك أصدقاءً، ومعهم تصل إلى مدينة الله المملوءة نورًا.

﴿ القديس باخوميوس ﴾

+ وضعت قدميّ على قمّة هذا العالم، عندما صرتُ لا أخاف شيئًا ولا أشتهي شيئًا...

﴿ القديس أغسطينوس ﴾

+ كما تطرد الكلب؛ جاوب بانتهار شيطان الزنا.

﴿ أحد الآباء الشيوخ ﴾

+ لا يوجد علاج يضاد أفكار الزنا مثل التأمل في آلام سيدي يسوع المسيح وموته.

﴿ القديس أغسطينوس ﴾

+ الذي يُقاتَل بالزنا ولا يُمسك بطنه [عن الشراهة في الأكل] يشبه إنسانًا يطفئ النار المشتعلة بالزيت والقش..!

ومَن يقاتِل الزنا بالصيام وحده دون اتضاع، فهو كمن يَسبَح البحر العظيم بيدٍ واحدة.

﴿ القديس يوحنا الدرجي ﴾

+ اتعب نفسك في قراءة الكتب، فهي تُخلّصك من النجاسة.

﴿ القديس أنبا أنطونيوس ﴾

+ إن الشهوة لا تغلبنا لأنها أقوى منّا. بل من أجل عجزنا وتراخينا.. لأنها لا تجسر أن تقاتلك إن لم تأذن لها إرادتك!

﴿ القديس نيلوكسينوس ﴾

+ ٤ أمور تحفظ الشباب من الفكر الرديء: القراءة في الكتب المقدسة - طرح الكسل - القيام في الليل للصلاة - التحلّي بالتواضع دائمًا.

﴿ القديس الأنبا موسى الأسود ﴾

+ العين تشتهي النظر... وأولاد الله لهم مناظر شهيّة وحسنة يُشبعون العين منها: الصليب.. الجراحات.. منظر المسامير.. منظر الأذرع المفتوحة.. منظر الرأس المُنكّس.. إنها مناظر شهية جدًا يجب أن تتدرّب عليها العين وتتمتع بها وتمتلئ منها... إنها شهية ومُشبِعة..

﴿ القمص بيشوي كامل ﴾

خاتمة

كلمة للخدام والمربين والآباء والأمهات

+ هذا المنهج المبسط يمكن استخدامه لتسليم الأولاد والبنات بصورة متدرجة مبادئ نقية للتربية الجنسية... ذلك الموضوع الحيوي في مرحلة المراهقة..

+ يتم التدريس إيمانًا منا بأن الطهارة أساسية لكي يرى الإنسان الله.. وأن من يقتنيها يتقدم بسرعة في حياته الروحية والاجتماعية متمتعًا بصحة نفسية، وشخصية متماسكة ناجحة..

+ المبادرة بالتوعية يجب أن تأتي من البيت والكنيسة.. لأن **الخادم قائد**.. فلا يجب أن ننتظر حتى يختبر أولادنا الخطية، ثم نحاول ترميم الشروخ..!

+ يجب أن نعترف أن هناك عجزًا واضحًا في البيوت من ناحية تقديم الثقافة الجنسية السليمة.. ولعل هذا الكتاب ينير ويشجع، ويعطي المنهج، فيكون بهذا خطوة في طريق إصلاح هذا الخلل..

+ يمكن تشجيع أبنائنا على قراءة هذا الكتاب، بأن نهديه لهم كهدية

شخصية ثمينة.. ونتابعهم في قراءته، ويمكن قراءة بعض الإجزاء منه مع ابني أو ابنتي، في جلسات خاصة، مع تفسير معاني بعض الألفاظ غير الواضحة، وخاصةً بالنسبة للسن الصغير (١٠-١٢ سنة).

☆ كيف نوصل الثقافة الجنسية ؟

(١) الأسلوب الفردي:

- أجب إجابات واضحة صادقة وقورة.
- إشرح شرحًا متدرجًا في الإفتقاد.. (أو في جلسات خاصة مع ابنك أو ابنتك).
- إسع لتكوين صداقة مع المراهقين، على مستوى حب حقيقي، وفهم متبادل، وليس بصورة المفتش أو القاضي.
- إحذر اقتحام حياة الأولاد الخاصة في هذا الأمر نهائيًا.

(٢) الأسلوب الجماعي:

يتم تدريس المنهج الذي بين يديك في صورة نقاط متدرجة، ويحتاج لطريقة عرض متزنة وقورة هادئة..

يفضل بداية الحديث في ختام الصف الأول الإعدادي (١٢-١٣

سنة)، ويكون على جرعات تدريجية مع زيادة السن..

يكون الحديث في ندوات خاصة لكل مرحلة سنية، الصف الأول الإعدادي على حدة، الصف الثاني على حدة، والثالث على حدة.. في الكنيسة، أو في معسكر أو خلوة، ويفضل أن يكون ممدودًا لأكثر من جلسة واحدة.

☆ إرشادات للحديث فى هذا الموضوع :

١- **أولاً الحديث في هذا الموضوع ليس خطية**، وليس عيبًا، فالله لم يخلق فينا شيئًا دنسًا، ولم يستح أن يضع فينا هذه الغريزة وهذه الأعضاء، وبالتالي لا مانع أن نعرف عنها قدرًا كافيًا من المعلومات التي تساعدنا في فهمنا لأنفسنا، والتكيف الجيد مع إمكانياتنا.

٢- **يجب أن يشعر المتكلم والسامع بوقار هذا الموضوع**، فاحترام الجنس هو احترام لله الذي خلقه، ومن يحتقره أو يتكلم بغير لياقة، يحتقر الله وينتقص من خلقته المباركة.. فيجب أن نتفادى كلا التطرفين (الابتذال والتكتم).

٣- **الجنس هو قدس أقداس الإنسان**.. فيه بذرة الحياة..

ويستخدمه الله لمشاركته في تتميم عملية الخلق.. **فكم تكون كرامته!!؟**

٤- يجب تناول هذا الموضوع **بصراحة**، ولكن **بدون الدخول في تفاصيل دقيقة** قد تكون مثيرة أومعثرة، فالعبارات يجب أن تكون مقننة وواضحة، ومركزة بدون إطالة.

٥- يجب عرض **الحديث بصورة متكاملة لكل الأبعاد...** جسديا وروحيا ونفسيا... لأن العرض المبتور الذي تنقصه الأبعاد الروحية والإنسانية والكنسية، يعزل الجنس في بؤرة الجسد والشهوة والغريزة الحيوانية.

٦- من المهم جدا **تناول هذا الموضوع في الكنيسة** بالشرح والتوعية، والمتابعة العملية، بقلب مفتوح وفكر ناضج وأبوة وأمومة صادقة... لأن الفتى والفتاة في هذه المرحلة يريدون معلومات تساعدهم على اكتشاف أسرار هذه الغزيرة... وإذا لم يجدوا الإجابات من مصادر الكنيسة النقية الصادقة... إجابات وافية سليمة مقدسة، مشبّعة بروح الكنيسة والآباء القديسين، مبنية على أساسات علمية وتربوية سليمة... سينحرفون للخارج يريدون الحصول على هذه المعلومات من مصادر العالم (أصدقاء- أفلام- كتب...) فيأخذونها ملوثة مشوهة، مصحوبة بخبرات شريرة تدمر حياتهم..

فلابد على أمهم الكنيسة أن تقدم لهم اللبن العقلي غير الغاش لكي ينموا به، ويضعوا ثقتهم في الكنيسة أمهم، فتكون هي ينبوع التعليم الصادق بالنسبة لهم... وهذا يُثبت فيهم أيضا أهمية أن يأخذوا دائما أي معلومات يطلبونها من مصادر نقية..!

٧- ليس كل شخص مؤهل للحديث الجيد البناء في هذه القضية الهامة، الدقيقة. لذلك يجب أن تهتم الكنيسة بإعداد خدام متخصصين، ذوي شخصيات متمكنة، وتشجعهم وتصقل موهبتهم لقيادة الفكر في مجال تعليم سن إعدادي وبالذات في هذا الموضوع... مع ملاحظة أن الجرأة ضرورية، وأن البداية قد يشوبها بعض التوتر من جراء حساسية الموضوع، ولكن هكذا تكون فقط البداية... ومع الوقت، واكتساب خبرة الحديث، والصلاة العميقة قبل الكلام، تزول هذه السلبية. **وكلما كان المتكلم تائبا، مملوءا من النعمة، وله خبرة حية مع الله في حياته الشخصية، كلما كان لحديثه فعل السحر في الذين يسمعونه!**

ا لله قادر أن يبارك أولاده وبناته، ويحفظهم أطهارًا، وبلاعيب ولادنس كل أيام حياتهم. آمين.

✝ ✝ ✝

﴿ بعض المراجع ﴾

وللمزيد من المعرفة عن الموضوع

+ عظات مسجلة للمتنيح الأنبا بيمن أسقف ملوي، ولنيافة الأنبا موسى أسقف الشباب، حول هذا الموضوع.

+ بستان الروح الجزء الأول "باب الطهارة" للمتنيح الأنبا يوأنس أسقف الغربية.

+ طهارتي – للأرشيذياكون رمسيس نجيب.

+ مع تساؤلات الشباب حول العفة – للأرشيذياكون رمسيس نجيب.

+ الجنس مقدسا – سر الحب – قضاية شبابية واجتماعية، وكتب أخرى حول هذا الموضوع، للمتنيح الأنبا بيمن.

+ "ليعرف الصبي" [كتاب مترجم] تقديم المتنيح القمص يوسف أسعد.

+ "الجنس ومعناه الإنساني" د. كوستي بندلي – منشورات النور.

+ "كيف نجيب على أسئلة أولادنا عن الجنس" د. كوستي بندلي.

+ "الجسد والعفة والحب" مجموعة من المؤلفين. منشورات النور.

+ من يجيبني؟ للفتيان، من يهديني؟ للفتيات. دار المشرق – بيروت – لبنان.

+ نبذات روحية هادفة – للمتنيح القمص بيشوي كامل.

+ ربّ ولدك – الدكتور ج. دوبسون.

+ فردوس الأطهار – القمص أنسطاسي الصموئيلي.

+ إليك يا أخي الشاب – القمص تادرس يعقوب ملطي.

+ دعوني أنمو – القمص تادرس يعقوب ملطي.

+ بستان الرهبان.

+ احفظ نفسك طاهرا – المتنيح القمص مينا اسكندر.

+ القديسة مريم المصرية. القمص بيشوي عبد المسيح والمتنيح الأستاذ/ يوسف حبيب.

أخي الحبيب... أختي الغالية...

إذا دار بذهنك أي سؤال حول موضوع العفة، فيمكنك أن تكتب إلينا كل أسئلتك، ونحن نضمن لك السرية في حالة طلبك ذلك.. وبنعمة المسيح سنجيب على سؤالك على صفحات مجلة **صوت الراعي** أو في خطاب خاص... وإذا أمكننا سنحاول وضع أهم الأسئلة مع الإجابات لتنشر في الطبعات التالية من هذا الكتاب، لتعم الفائدة..

شكر خاص لكل الآباء الكهنة والخدام والخادمات الذين عاونوني بملاحظاتهم ومساهماتهم القيِّمة في إعداد مادة هذا الكتاب.. الرب يعوض الجميع بالبركة والنعمة.

الفهرس

صفحة

صديقي .. صديقتي ..

هذا الكتاب الهام الذي بين يديك، أودّ أن يكون بداية لصداقة مباركة مع شخصك العزيز..

ويسعدني جدًا أن أتلقّى:

آراءك وملاحظاتك..

أسئلتك واستفساراتك..

الرب معك.. يحفظك حيثما تذهب...

القس يوحنا نصيف شرقاوي

الكنيسة المرقسية بالاسكندرية

١٩ ش كنيسة الأقباط - محطة الرمل

تليفون وفاكس: ٠٣/٤٨٤١٨٦٦

الثمن ١٧٥ قرش